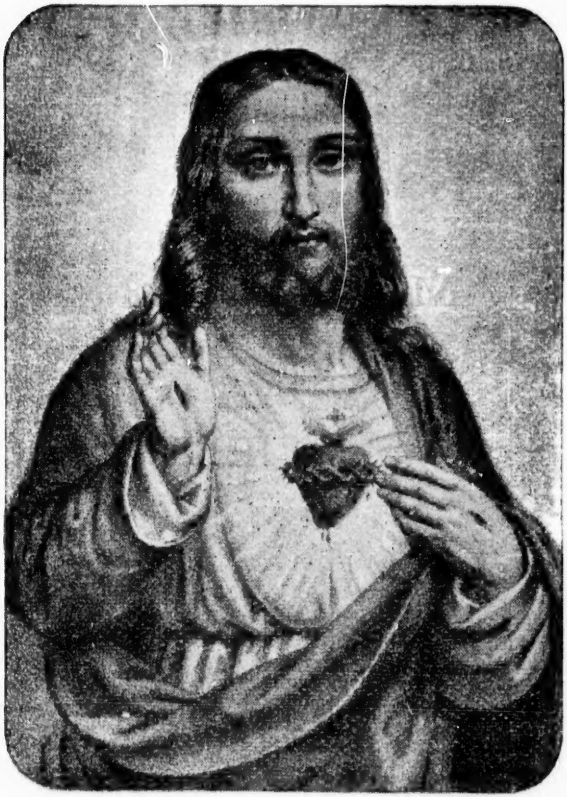
MANUEL

DES

NOVICES



MANUEL

DES

NOVICES

ARTHABASKAVILLE

1898

BX2437
B76

DE LA VOCATION.

I. AMOUR DE LA VOCATION.

Amour, reconnaissance.

" En vérité je vous le dis, vous qui avez tout quitté, vous recevrez le centuple en ce monde et la vie éternelle en l'autre."—*Luc.*

" Il y en a peu qui comprennent ce conseil, mais heureux sont ceux à qui il a été donné de le comprendre."—*Math.*

" L'homme ne recueillera, pour l'éternité, que ce qu'il aura semé dans le temps."—*Gal.*

" J'ai préféré être des derniers dans la maison de mon Dieu que d'habiter dans les tentes des pécheurs." —*Ps.*

1.—Entretenez soigneusement en vous l'amour de votre sainte vocation : " Celui qui n'aime point se décourage, tandis que celui qui aime exécute bien des choses et les achève."*Imit.*

2.—Votre vocation mérite bien d'être aimée : 1o Elle vient de Dieu : " Ce n'est pas vous qui m'avez choisi, mais c'est moi qui vous ai choisis et qui vous ai destinés pour aller faire du fruit, et du fruit qui soit de durée."

2o Elle vous préserve d'une foule de péchés que vous commettriez dans le monde, où il n'y a que convoitise pour les plaisirs sensuels, pour les richesses, pour les honneurs terrestres : la vie de communauté, l'Habit religieux, les Règles, les Vœux, la douce surveillance de vos Supérieurs, etc., éloignent forcément de vous les occasions de péché.

3o Elle vous occupe constamment à des exercices de leur nature très méritoires et qui le deviennent encore davantage par l'émission des vœux.

4o Elle fera de vous les associés de Jésus-Christ dans la sainte mission de sauver les âmes. Quelle gloire et quel honneur ! " De toutes les œuvres divines, il n'y en a point de plus divines

que de coopérer au salut des âmes."—*Saint Denis.*

5o Elle fera de vous les apôtres du Sacré-Cœur auprès des enfants et vous donnera droit à cette promesse de Notre-Seigneur : "Les personnes qui propagent cette dévotion auront leur nom inscrit dans mon divin Cœur et il n'en sera jamais effacé."

6o Enfin, après cette courte vie, elle vous élèvera sur un trône de gloire : Si les mondains voyaient la récompense promise aux personnes religieuses, dit saint Alphonse de Liguori, ils abandonneraient leurs maisons, ils descendraient même du trône pour se consacrer à Dieu.

3.—Aimez à témoigner à Notre-Seigneur votre reconnaissance pour une faveur si grande ; dans vos rapports intimes avec lui, remerciez ce bon Maître de vous avoir admis au nombre des amis et des apôtres de son divin Cœur, et renouvelez votre résolution de lui être inviolablement fidèles.

4. – Que le jour de votre entrée au Noviciat, celui de votre Vêture et celui de votre Profession, fassent époques dans votre vie ; chaque année, célébrez-en l'anniversaire par une neuvaine d'actions de grâces.

5. — Considérez votre Habit comme un vêtement d'honneur et de sainteté ; portez-le toujours dignement et saintement.

Oraison jaculatoire : "Je vous suivrai, Maître, quelque part que vous me conduisiez."

II. TENTATIONS CONTRE LA VOCATION.

Défiance de soi-même, confiance en Dieu.

"Mon fils, demeurez ferme dans la justice et dans la crainte de Dieu, et préparez votre âme à la tentation."—*Eccl.*

"Le démon ne dort jamais, et la chair n'est pas encore morte : ainsi ne cessez point de vous préparer au combat, car vous avez des ennemis à droite et à gauche, qui ne donnent jamais de relâche."—*Imit.*

"Celui qui n'a pas été éprouvé, que sait-il ? Mais celui qui aura été éprouvé, aura une grande adresse."—*Eccl.*

1.—Votre vocation est un riche trésor que le démon convoite ; il n'est aucune ruse qu'une fois ou l'autre il n'emploie pour vous la ravir : soyez donc toujours sur vos gardes.

2—Repoussez toute pensée d'inconstance comme vous repousseriez une pensée contre la pureté ; et, si la tentation persiste, pénétrez-vous d'une crainte salutaire par la méditation de quelqu'une des menaces suivantes faites aux religieux infidèles :

1o "Celui qui aime son père ou sa mère plus que moi, n'est pas digne de moi."—*Luc.*

2o "Celui qui a mis la main à la charrue et qui regarde en arrière, n'est pas propre au royaume des cieux."—*Luc.*

3o " Celui qui veut sauver sa vie, au dépens de ce qu'il me doit, la perdra ; mais celui qui la perdra à cause de moi, la retrouvera."—*Marc.*

4o " C'est une ruine à l'homme de rétracter les vœux qu'il a faits au Seigneur."—*Proverbes.*

5o "Il eût été meilleur de n'avoir pas connu les voies de la justice que de retourner en arrière après les avoir connues." — *Saint Pierre.*

6o "Je vous envoie mon esprit, *c'est-à-dire la grâce de la vocation*, mais vous refusez d'y correspondre, vous méprisez mes conseils !.. Eh bien ! je rirai de vous à mon tour ; j'insulterai à votre misère quand les maux que vous voulez éviter fondront sur vous, lorsque les tentations viendront vous assaillir comme une tempête soudaine au milieu des écueils et des dangers du siècle, lorsque vous serez dans la détresse et les angoisses de la mort. Alors vous m'invoquerez, mais je ne vous écouterai point ; vous me chercherez, mais vous ne me trouverez point." — *Prov.*

3.—Le démon, voyant que vous repoussez ses tentations directes contre votre vocation, essayera d'arriver à ses fins par une voie détournée, par quelqu'un des moyens suivants :

1o Il vous portera à négliger vos exercices de piété : C'est de la négligence dans les exercices de piété que vient le dégoût de la vocation.

2o Il vous inspirera un amour déréglé soit pour l'étude, soit pour tout autre objet : L'homme qui a l'esprit partagé est inconstant.

3o Il vous portera à commettre le péché véniel : "Celui qui méprise les petites choses tombera peu à peu." — *Eccl.*

4o Il vous suscitera de violentes tentations pour vous faire tomber dans le péché mortel : Un seul péché mortel peut anéantir votre vocation.

4.—Pour déjouer ses ruses, employez les moyens suivants :

1o Appliquez-vous à bien faire vos exercices de piété.

2o Défiez-vous de tout attachement déréglé.

3o Ne faites rien contre votre conscience.

4o Soyez prompts à repousser la tentation.

Oraison jaculatoire : Mon Dieu, venez à mon aide ; hâtez-vous, Seigneur, de me secourir.

III. FORMATION RELIGIEUSE.

Docilité, courage.

" Tout arbre qui ne produit pas de bons fruits sera coupé et jeté au feu."—*Math.*

" Ne soyez point négligent dans votre devoir ; conservez-vous dans la ferveur de l'esprit : souvenez-vous que c'est le Seigneur que vous servez."—*Rom.*

" C'est bien, bon et fidèle serviteur, parce que vous avez été fidèle dans les petites choses, je vous établirai sur de plus grandes : entrez dans la joie de votre Seigneur."—*Math.*

1.—La perte de la vocation pourrait être occasionnée par le manque de formation religieuse. Il est donc, pour vous, d'une grande importance de bien employer le temps de votre Noviciat.

2.—C'est surtout de ce temps qu'il est vrai de dire que le temps vaut le ciel, qu'il vaut Dieu même. Ménagez donc un temps si précieux, n'en perdez pas un jour, n'en perdez pas une heure !

3.—Cette formation, si essentielle à la conservation de votre vocation, sera la précieuse récompense des efforts généreux que vous ferez pour bien vous acquitter de vos actions journalières et pour vous former à la pratique des vertus religieuses.

Oraison jaculatoire : O mon Jésus, faites-moi la grâce d'acquérir une très grande ferveur pendant mon Noviciat.

ACTIONS JOURNALIÈRES.

IV. COMMENT RENDRE LES ACTIONS PARFAITES.

1.—Pour rendre les actions parfaites, il faut les faire de manière à ce qu'elles soient :

1o Conformes à l'obéissance ; car Dieu ne peut avoir pour agréable une action qui est faite contrairement à sa volonté : " Il préfère l'obéissance à tous les sacrifices," nous dit la Sainte Ecriture.

2o Accomplies avec ferveur ; c'est-à-dire, avec un empressement généreux, calme et constant de la volonté : " Finissez avec amour et courage ce que l'amour vous a fait commencer."

3o Faites avec pureté d'intention; ce qui les rend faciles, agréables et méri-

toires. " Dieu récompense nos actions au poids de la pureté d'intention."

Chacun de vos exercices spirituels doit être fait dans une intention qu'on peut appeler **spéciale,** laquelle dérive naturellement de l'objet de cet exercice. Ainsi, l'intention spéciale que vous devez avoir dans votre prière du matin doit être de demander à Dieu les grâces dont vous aurez besoin pendant la journée.

A l'intention spéciale, qui est invariable pour un même exercice, vous pouvez joindre des intentions particulières, telles que vous préparer à la sainte communion, demander une grâce, etc. Cette multiplicité des intentions augmentera le mérite de vos prières.

4o Unies à celles de Notre-Seigneur ; ce qui les rend en quelque sorte divines par la valeur infinie des actions de Jésus-Christ. A cet effet, avant chacune de ces actions, faites la prière suivante : **" Seigneur Jésus, c'est en union à l'intention divine avec laquelle**

vous avez loué Dieu sur la terre que j'offre (*Ici, mentionnez l'action que vous allez faire*) **à votre divin Cœur, par le Cœur immaculé de Marie."**

Si l'action que vous allez commencer est une prière, employez la formule ci-après : **"Divin Cœur de Jésus, je vous offre, par le Cœur immaculé de Marie,** (*Ici, mentionnez votre prière*) **que je vais dire ; je l'unis à la prière toute embrasée que vous faites vous-même dans nos Tabernacles."**

2. — Sur le point de commencer une action, faites-en l'offrande et, rappelant à votre mémoire les vertus particulières à cette action, animez-vous à leur pratique.

3. Avant chaque exercice spirituel, préparez votre âme en vous adressant les questions suivantes :

1o **Que vais-je faire ?** Rappelez-vous l'action que vous allez commencer.

2o **Devant qui ?** Pénétrez-vous bien de la présence de Dieu.

3o **Pourquoi ?** Déterminez l'intention spéciale et vos intentions particulières.

4o **Comment ?** Proposez-vous d'y garder un maintien respectueux et d'y apporter la plus grande attention possible.

5o **A qui dois-je l'offrir ?** Formulez l'offrande de votre prière.

V. LEVER.

Obéissance, piété, modestie.

" Quand l'heure du lever sera venue, ne disputez pas avec votre devoir."—*Eccl.*

" Dès que vous entendez la cloche, chargée de vous éveiller, sortez du lit avec la même promptitude que si un reptile s'y était glissé, ou qu'un furieux incendie eût éclaté dans votre maison ; il y a un très grand danger, dans le moindre délai."—*P. Bellecius*

1.—Au premier coup de cloche annonçant le lever, soyez debout, vous figurant entendre la voix de Dieu qui vous appelle.

2.—Répondez à l'invocation à haute voix ; faites pieusement le signe de la croix et récitez les prières suivantes :

" Mon Dieu, qui êtes ici présent, je vous adore ; je vous remercie de m'avoir

conservé pendant cette nuit ; faites-moi la grâce de passer saintement ce jour qui commence. Je vous offre mes pensées, mes paroles, mes actions, et afin qu'elles vous soient plus agréables, je les unis à celles de votre divin Fils.

Mon Jésus, je vous adore dans votre Tabernacle et dans tous les Tabernacles du monde. O bon Maître, daignez bénir votre disciple afin que, pendant ce jour, toutes ses pensées, ses paroles et ses actions soient selon les intentions de votre divin Cœur.

Marie, ma bonne Mère, votre enfant vous salue affectueusement, et il vous prie de le bénir, de lui accorder, pendant tout ce jour, votre maternelle protection.

Glorieux saint Joseph, à vous aussi je présente mes très humbles hommages ; soyez encore mon Guide dans la vie spirituelle, vous qui avez parfaitement imité Jésus dans sa vie cachée

Mon bon Ange gardien, protégez-moi ; mes saints Patrons, priez pour moi, afin que je puisse servir Dieu com-

me vous sur la terre et le glorifier éternellement avec vous dans le ciel."

3.—Habillez-vous avec toute la décence convenable, vous rappelant que vous êtes sous les regards de Dieu et de votre bon Ange ; conservez un saint recueillement et occupez-vous du sujet de votre méditation.

4.—Lavez-vous avec soin ; faites bien votre lit et ne laissez rien traîner.

5.—Baisez respectueusement votre Habit et en le revêtant récitez dévotement la prière : "Revêtez-moi, Seigneur, de l'esprit d'humilité, de mortification et de toutes les autres vertus symbolisées par mon saint Habit."

6.—N'oubliez pas qu'il est défendu de monter au dortoir pendant le jour sans permission préalable et que le grand silence doit y être strictement gardé en tout temps.

VI. VISITES AU SAINT SACREMENT.

Intention spéciale.—*Rendre nos devoirs à Jésus demeurant pour nous au Très Saint Sacrement.*

" J'étais prisonnier et vous ne m'avez point visité." —*Math.*

" Venez à moi vous tous qui êtes fatigués et je vous soulagerai."—*Math.*

" Mes délices sont d'être avec les enfants des hommes."—*Prov.*

1.—En allant à la chapelle, préparez votre âme et déterminez vos intentions.

2.—En entrant, faites bien le signe de la croix, prenez de l'eau bénite avec respect, faites la génuflexion avec gravité.

3.—Arrivés à votre place, inclinez légèrement la tête et adorez Notre-Seigneur : " Mon Dieu, humblement prosterné aux pieds de votre Majesté, je vous adore. J'unis mes adorations à celles des anges qui entourent votre Tabernacle et, avec eux, j'adore votre divin Cœur."

4.—Pendant la visite, dites-vous bien que le Verbe fait chair est là,

dans le Tabernacle, en corps et en âme ; qu'il vous voit et qu'il vous entend.

5.—Après l'avoir adoré, remerciez-le de ses bienfaits ; exposez-lui vos besoins ; parlez-lui de vos peines et de vos difficultés ; demandez-lui les grâces dont vous avez besoin, surtout la grâce d'éviter le péché.

6.—A chacune de vos Visites, n'oubliez pas de faire la communion spirituelle : " Mon Dieu, je crois que vous êtes présent dans le Saint Sacrement ; je vous aime par-dessus toutes choses et je désire vous posséder dans mon âme. Puisque je ne puis maintenant vous recevoir sacramentellement, venez spirituellement dans mon cœur. Je m'unis entièrement à vous comme vous possédant en effet ; ne permettez pas que je me sépare jamais de vous." Ajoutez une prière à la Sainte Vierge et à saint Joseph.

7.—Avant de quitter Notre-Seigneur, demandez-lui humblement sa bénédiction : "Mon Dieu, je laisse mon

esprit et mon cœur au pied de votre Tabernacle pour continuer de vous adorer avec les saints Anges. Bénissez-moi, ô bon Maître, et bénissez les actions que je vais faire.

Au nom du Père...."

8.—Dans votre première Visite, le matin, consacrez-vous au Sacré-Cœur : "Mon Dieu, je me consacre à votre divin Cœur. O Cœur de mon Jésus, soyez ma force dans mes combats, mon refuge dans les périls, mon conseil dans mes doutes, ma consolation dans mes peines."

9.—Dans votre dernière Visite du soir, remerciez Notre-Seigneur des grâces qu'il vous a faites pendant le jour, et offrez-lui votre repos : "Mon Dieu, avant d'aller prendre mon repos, je viens vous remercier de toutes les grâces que vous m'avez accordées durant cette journée et vous demander pardon de ce qui, dans ma conduite, a pu vous déplaire.

Mon Dieu, je vous offre le repos que je vais prendre ; c'est dans votre divin

Cœur que je veux reposer. O Cœur de mon Jésus, recevez-moi ! soyez mon asile dans le temps et le lieu de mon repos pendant l'éternité."

Oraison jaculatoire : Que vos tabernacles sont aimables, Dieu des armées ; mon âme languit après les parvis du Seigneur.

VII. PRIÈRE DU MATIN.

Intention spéciale. — *Demander la grâce de passer saintement la journée qui commence.*

" Donnez au Seigneur les prémices de la journée, car elle appartiendra tout entière au premier occupant."—*Saint Jean Climaque.*

" Celui-là sait bien vivre, qui sait bien prier.—*Saint Augustin.*

" Toute la vie d'un saint est dans la prière." *Saint Hilaire.*

1.—En allant à l'oratoire, préparez votre âme.

2.—Faites le signe de la croix avec lenteur et gravité.

3.—A genoux, debout ou assis, ayez toujours une posture respectueuse, une

attitude recueillie, évitant de regarder d'ici et de là, de vous accouder, de vous soutenir la tête, de vous appuyer nonchalamment, etc.

4.—Ayez soin de ne pas aller trop vite, de bien articuler tous les mots, de les prononcer distinctement, de bien marquer la ponctuation : " La précipitation, dit saint François de Sales, est la grande ennemie de la dévotion."

5.—Pendant la prière, efforcez-vous de nourrir votre âme des sentiments exprimés par les paroles que vous dites. Priez toujours avec dévotion, c'est-à-dire, avec une sorte de sainte vivacité, avec le pétillement d'un cœur joyeux.

Oraison jaculatoire : Mon Dieu, daignez ouvrir mes lèvres, afin que ma bouche publie dignement vos louanges.

VIII. MÉDITATION.

Intention spéciale.—*Raviver en nous l'amour divin et nous animer à la pratique d'un certain bien.*

"La terre est remplie de désolation, parce que nul ne rentre en son cœur."—*Jérémie.*

"Marie a choisi la meilleure part qui ne lui sera pas ôtée."—*Luc.*

"L'oraison et le péché ne peuvent vivre ensemble."—*Saint Philippe de Néri.*

"Le religieux qui néglige l'oraison est indévot, dissipé, chagrin et inquiet."—*Saint Thomas de Villeneuve.*

1.—N'oubliez pas que le péché, l'immortification, l'orgueil et la dissipation sont les quatre grands obstacles à la méditation.

2.—Attachez une grande importance à la préparation prochaine. Vers la fin de votre dernière Visite au Saint Sacrement, demandez à Notre-Seigneur la grâce de bien faire cette préparation et commencez-la dès que vous êtes sortis de la Chapelle.

3.—Rappelez-vous que la méditation est une conversation toute simple avec quelqu'un que vous ne voyez pas, mais qui vous voit ; ce quelqu'un, c'est Dieu, Notre-Seigneur, la sainte Vierge ou un Saint ; Dieu est partout, Notre-Sei-

gneur est au saint Tabernacle et de là il vous regarde ; la sainte Vierge et les Saints sont au ciel d'où ils vous voient lorsque vous leur parlez.

4.—Pendant ce pieux entretien, ne perdez pas le sentiment de la présence de ce quelqu'un ; fixez souvent sur lui le regard de votre âme et ne languissez pas en si bonne compagnie.

5. – Quelles que soient les difficultés que vous éprouviez, ne vous découragez pas, mais suivez fidèlement la méthode suivante.

IX. MÉTHODE DE MÉDITATION DÉVELOPPÉE.

PREPARATION PROCHAINE.

1.—Mon Dieu, faites-moi la grâce de bien préparer mon sujet de méditation : Seigneur, faites que je voie. Mon cœur est prêt, ô mon Dieu, mon cœur est prêt à faire votre volonté.

2.—Demandez-vous :

Préludes.

1. Sur quel sujet méditerai-je demain matin ?
2. Quelle construction de lieu ferai-je ?
3. Quelle grâce dois-je demander ? Acte de demande.

Points.

4. Quel est le... Point ?
5. Que dois-je considérer dans ce point ?—Demande de lumière. —Souvenir des considérations qui m'ont le plus frappé.—Actes de foi, de remerciement, d'amour.
6. Quelle application dois-je m'en faire, ou qu'est-ce que le Cœur de Jésus désire de moi en ce point ? — Demande de lumière. —Retour sur moi-même — Actes de foi, de remerciement, de demande.

I. COMMENCEMENT DE LA MEDITATION.

1.—Pensez que Dieu vous voit et regarde ce que vous allez faire ; dites

avec foi, humilité et confiance : "Mon Dieu, je crois que je suis en votre présence, bien que je ne vous voie pas. Je vous adore, comme mon... O divin... je crois fermement que c'est avec vous que je vais m'entretenir pendant cette méditation ; daignez m'écouter et me parler, malgré que je sois indigne d'une telle faveur."

2.—Faites l'oraison préparatoire : " Mon Dieu, faites-moi la grâce que, pendant cette méditation, toutes les pensées de mon esprit, toutes les affections de mon cœur, toutes les opérations de mon âme, tendent uniquement au service et à la gloire de votre divine majesté."

PRÉLUDES.

1.—Rappelez-vous le sujet à méditer.

2.—Faites la construction du lieu.

3.—Demandez une grâce conforme au sujet, qui vous fasse connaître et vouloir ce que désire de vous, en ce point, le Cœur de Jésus.

II. CORPS DE LA MEDITATION.

Considérations. 1.— Ecoutez attentivement la lecture des considérations.

2.—Répétez intérieurement à vous-mêmes ce que vous venez d'entendre lire.

3.—Faites des actes de foi sur ce que vous venez de penser. Je crois, ô mon Dieu.... Combien jusqu'aujourd'hui j'avais peu compris cela !

4.—Après ces actes de foi, demandez que ces bonnes pensées vous restent dans l'âme et vous fassent du bien. Mon Dieu, gravez profondément cette pensée dans mon esprit et dans mon cœur afin qu'elle devienne dorénavant la règle de ma conduite ; surtout fortifiez ma volonté car sans vous je ne puis rien.

5.—Si vous avez fini trop tôt, recommencez.

Applications. 1. – Ecoutez attentivement la lecture de l'application.

2.—Répétez intérieurement à vous-

mêmes ce que vous venez d'entendre lire.

3.—Demandez de bien voir l'enseignement pratique que renferme pour vous cette vérité, ou ce fait. Divin Maître, que voulez-vous de votre indigne disciple ? Dites-le-moi, je suis prêt à faire tout ce qui est en mon pouvoir pour accomplir votre désir.

4.—Voyez quelle résolution vous vous sentez inspirés de prendre... Mon Dieu, vous voulez que... Je vous le promets ; veuillez seulement me donner l'appui de votre grâce.

5.—Considérez sérieusement quelques-uns des motifs que vous avez pour agir ainsi. O mon Dieu, éclairez-moi, faites-moi bien comprendre les motifs que j'ai de... afin que, convaincu de l'importance de... je me détermine fortement à...

Et d'abord **cela est-il convenable ?** Me poser cette question, c'est y répondre ; serait-ce, en effet, agir en enfant de Dieu, en homme raisonnable, en bon religieux, en vrai Frère du Sacré-

Cœur que... Quoi ! divin Jésus, renoncer à ma dignité d'enfant de Dieu ! à mon beau titre de Frère du Sacré-Cœur ! — Oh ! jamais ! Plutôt tout sacrifier ! Je veux, au contraire, m'en rendre de plus en plus digne. Et, à cette fin, je vous promets de... Accordez-moi la grâce de réaliser mon pieux dessein.

Cela est-il avantageux ? Ici, je dois éloigner toute idée d'avantages temporels. Ces biens n'étant pas immortels ne méritent nullement de fixer les regards d'un enfant de Dieu. Je dois considérer exclusivement les avantages spirituels que procure.... O mon Jésus, accordez-moi de les voir, de les bien apprécier et de les sentir vivement (*Voyez et sentez les avantages que vous procurera l'accomplissement de cette résolution : joie donnée au Cœur de Jésus, à la très sainte Vierge ; don de nouvelles grâces ; mérites acquis ; satisfaction personnelle, etc.*)

Est-ce nécessaire ? Si je veux vivre de la vie religieuse, il ne m'est pas libre d'être ou de ne pas être un bon religieux ; il faut de toute nécessité que j'accomplisse mes obligations. Or, c'est pour moi une obligation de... O mon âme, comprends-tu bien maintenant la nécessité de...? A tout prix, je veux dorénavant .. O Marie, ma tendre mère, obtenez-moi de votre divin Fils... ; et vous, ô très bon Jésus, accordez-moi, je vous en conjure, cette même grâce, afin que je vous aime davantage.

6. — Demandez-vous maintenant quelle a été, par le passé, votre conduite sur ce point. Afin de ne pas vous faire illusion sur un point si important, descendez dans le détail de votre conduite et examinez soigneusement de quelle manière vous avez... O mon Dieu, que de négligences !... Pardonnez-moi, très miséricordieux Sauveur, et accordez-moi la grâce de... Sans vous, je le sens, je ne puis rien.

7.—Assurez-vous de vos dispositions actuelles. Est-ce que je suis bien résolu de...? O mon Dieu, vous voyez le fond de mon âme, il me semble que je suis bien décidé à... ; je sais qu'il m'en coûtera pour... ; mais j'espère qu'avec le secours de votre grâce, je serai fidèle.

8.—Voyez quels moyens vous devez employer. Le meilleur moyen à prendre est de bien préciser votre résolution et quant à ce que vous voulez faire, et quant au temps, au lieu et à la manière de le faire. Eh bien ! mon Jésus, sous l'inspiration de votre grâce et pour me conformer à votre bon plaisir, je vous promets de... *(Ici précisez votre résolution.)* Donnez-moi, ô mon Dieu, une foi très vive et surtout un amour très ardent. Il me semble, ô mon Bien-Aimé Jésus, qu'il n'y a que cet amour qui puisse faire de moi un bon religieux, un vrai Frère du Sacré-Cœur.

III. CONCLUSION DE LA MEDITATION.

1.—Récapitulez les points.— Mon Dieu, il faut que je vous quitte ; de l'oraison il faut que je passe à l'action. Toutefois, avant de vous laisser, permettez-moi de jeter encore un coup d'œil sur votre divin enseignement. Vous m'avez dit, ô mon divin Maître,...Mon Jésus, vous savez toutes choses, vous savez que je vous aime, que je suis prêt à faire votre volonté. Aujourd'hui, je veillerai sur... Sainte Vierge, ma bonne Mère, vous qui êtes toute-puissante sur le Cœur de Jésus, obtenez-moi la fidélité à mes résolutions.

2.—Dans un fervent **colloque,** adressez-vous à Dieu le Père, à Jésus-Christ, à la sainte Vierge ou à quelque Saint, selon que la nature du sujet le demande.

3. – Choisissez votre **bouquet spirituel :** Pour bouquet spirituel je prends les mots... que je répéterai souvent pendant la journée, principa-

lement dans telle ou telle circonstance. (*à déterminer*).

4.—Faites **l'offrande** des résolutions : Je vous offre, ô mon Dieu, ces résolutions ; je ne puis y être fidèle, si vous ne daignez les bénir ; mais j'espère de votre bonté cette bénédiction que je vous demande au nom et en vue des mérites de Jésus, mon divin Sauveur. Vierge sainte, mon bon Ange, mes saints Patrons, obtenez-moi la grâce de garder ces résolutions avec une fidélité parfaite.

5.—Terminez par une prière vocale et par la **Revue :**

Revue.

Ai-je, hier soir, et ce matin dès mon réveil, préparé avec soin ma méditation, fixé les préludes, déterminé les points ?

Avant la méditation, me suis-je bien pénétré de la présence de Dieu ? Ai-je fait l'oraison préparatoire et les préludes ?

Pendant la méditation, ai-je gardé une posture respectueuse, et

Revue.

ai-je consacré à ce saint exercice tout le temps prescrit par la Règle ?

Ai-je tenu mon esprit et mon cœur constamment appliqués à mon sujet de méditation ?

Ai-je fait les colloques ?

Ai-je pris des résolutions pratiques ?

Ai-je fait le bouquet spirituel ?

Oraison jaculatoire : Mon Dieu, accordez-moi le don d'oraison.

Tableau synoptique du Corps de la Méditation.

	1. *Vérité.*	2. *Fait.*	3. *Sujet mixte.*	*Affections.*	*Résolutions.*
1° Méditation du Sujet.	Qui l'a dite ?	Qui agit ?	Qui agit et parle ?	Acte de foi.	
	Quel en est le sens ?	Que fait-il ?	Que fait-il et que dit-il ?	Demande de lumière.	
	Dans quelles circonstances a-t-elle été dite ?	Comment le fait-il ?	De quelle manière ?		
	A qui est-elle dite ?	Pour qui ?	Pour qui ?	Remerciement.	
	Pourquoi ?	Pourquoi ?	Pourquoi ?	Amour.	
	Est-ce que je la crois ?	Est-ce que je le crois ?	Crois-je cela ?	Acte de foi. Demande de foi agissante.	
	Quelles conséquences pratiques découlent de cette vérité ?	Quelles en sont les conséquences pratiques ?	Quelles en sont les conséquences pratiques ?	Demande de lumière.	

2° Application du Sujet.	Quelle application dois-je m'en aire ?	Acte de demande.	Résolution pratique.
	Quels motifs ai-je de me faire cette application ?	Demande de lumière.	R. fondée sur des motifs solides.
	Quelle a été jusqu'ici ma conduite sur ce point ?	Regrets.	
	Quelles sont mes dispositions actuelles ?	Demande de défiance de soi-même et de confiance en Dieu.	R. humble. R. actuelle.
	Aujourd'hui, quels obstacles écarter et quels moyens employer pour assurer le succès de cette application.	Pressantes supplications.	Résolution particulière.
	INTELLIGENCE.	SENSIBILITÉ.	VOLONTÉ.

X. OFFICE DU SACRÉ-CŒUR.

Intention spéciale. — *Rendre nos devoirs au Cœur de Jésus.*

" Oh ! qu'il est doux de mourir après avoir eu une constante dévotion au cœur de celui qui doit nous juger."—*B. Marguerite-Marie.*

" Allons tous au rendez-vous naturel, dans le Sacré-Cœur, pour y verser nos prières, nos douleurs et toutes nos peines."—*Frère Adrien.*

1.—A l'imitation de l'Office canonial, l'Office du Sacré-Cœur se divise en huit Heures : Prime, Tierce, Sexte, et None ; Vêpres et Complies ; Matines et Laudes. Chaque Heure commence par l'invocation :

" Cœur Sacré de Jésus.." et se termine par l'oraison **" Seigneur Jésus.."**.

2.—Mettez en pratique, dans la récitation de votre Office, les conseils qui ont été donnés pour la prière du matin.

3.—Récitez le **" Notre Père "**, le **" Je vous salue "**, le **" Je crois en Dieu"**, et le **" Je confesse"**, comme préparation à l'Office.

4. — Pendant la récitation des prières de chaque Heure, tenez les regards de votre âme fixés sur le Cœur de Jésus, et méditez affectueusement la **disposition** de ce divin Cœur mentionnée dans l'antienne de cette Heure.

5. – A chaque **"Gloire au Père,"** inclinez légèrement la tête.

6. – A la fin des Heures, faites l'invocation au Cœur immaculé de Marie et récitez l'oraison qui suit cette invocation pour demander à la très sainte Vierge de vous obtenir l'amour du Cœur de Jésus.

7. — Vous pourrez réciter les **litanies** qui précèdent Prime, pour louer et glorifier le Cœur de Jésus ; le **Veni Creator** pour demander les dons et les fruits du Saint-Esprit ; la **prière à Saint Joseph** pour obtenir de ce grand Saint la vertu de pureté ; la **prière à l'Ange Gardien** pour vous mettre sous la protection de ce Prince du ciel.

XI. SAINTE MESSE.

Intention spéciale. — *Adorer Dieu ; le remercier de ses bienfaits ; obtenir le pardon des péchés ; lui demander ses grâces.*

"La sainte messe est le soleil des exercices de piété, l'abîme de la miséricorde, la source de la charité, le moyen par excellence pour obtenir toutes les grâces."—*Saint François de Sales.*

1.—Avant la sainte messe, préparez soigneusement votre âme, car s'il est un exercice qui demande une préparation sérieuse, c'est sans contredit le saint sacrifice de la messe.

2.—Suivez les prières du prêtre dans l'**Ordinaire de la messe** et les textes liturgiques qui s'y rapportent, et ayez soin de vous les appliquer par l'intention et le sentiment.

3.—Pendant la messe, ne perdez pas de vue les quatre fins du saint sacrifice ; inspirez-vous des pensées suivantes :

1. **Du commencement jusqu'à l'Évangile :** Dieu est mon Créateur, mon Seigneur et mon maître. Comment puis-je lui rendre l'honneur et l'hommage infini qui lui sont dus ? En lui offrant la divine Victime qui s'abaisse devant sa souveraine grandeur.

2. **De l'Évangile à l'Élévation :** La dette que, par mes péchés, j'ai contractée envers la justice divine, est immense. Comment payer cette dette ? J'offrirai les mérites de mon Sauveur, le sang de mon Rédempteur.

3. **De l'Élévation à la Communion :** Je suis chargé des bienfaits de Dieu. Comment puis-je le remercier convenablement ? En lui offrant le Sang divin, le Corps précieux de Jésus-Christ.

4. **De la Communion à la fin de la Messe :** Mes besoins sont nombreux et mon indignité est extrême. Comment obtenir de Dieu les grâces qui me sont nécessaires ? En les lui de-

mandant en vertu du sang et de la vie de son divin Fils.

4.—A la Communion du prêtre, n'oubliez pas de faire la Communion spirituelle, si vous ne faites pas la Communion sacramentelle.

XII. ÉTUDES ET CLASSE.

Pureté d'intention, activité, obéissance, simplicité religieuse.

" Appliquez-vous à devenir saint et savant : mettez-y tous vos soins ; car, en agissant ainsi, vous vous sauverez vous-même et ceux que vous instruisez."—*Tim.*

" Par l'étude des sciences, rendez gloire au Seigneur."—*Isaïe.*

" Apportez tous vos soins pour joindre à votre foi la vertu ; à la vertu, la science."—*Pierre.*

1.—Au commencement de l'étude et de la classe, récitez attentivement le **Veni Sancte Spiritus** et l'**Ave Maria** pour demander les lumières du Saint-Esprit et la protection de la très sainte Vierge ; ensuite, en vous asseyant, faites avec ferveur l'**Offrande** de vos actions.

2.—A la bénédiction de l'heure et de la demi-heure, cessez promptement toute occupation, recueillez-vous, récitez pieusement la prière d'usage ; si vous sentez de la lâcheté, que le souvenir de Dieu ravive votre ardeur pour le travail ; si vous vous apercevez que vous êtes dissipés, calmez votre agitation.

3.—Gardez scrupuleusement le silence ; évitez tout ce qui est de nature à troubler l'ordre, comme de remuer les pupitres, les chaises ou les bancs, de marcher bruyamment, etc.

4.—Gardez toujours une posture convenable, tenez vos mains sur le pupitre, ne vous accoudez pas, n'étendez pas les jambes, tenez les pieds presque joints et ne les posez pas sur les barreaux de la chaise de votre voisin.

5.—Apportez à votre travail l'ordre et la méthode voulus.

Dans l'étude de vos leçons : 1° Lisez toute la leçon de manière à en comprendre le sens ; 2° Divisez-la par

parties distinctes, que vous apprenez séparément ; 3° Récitez le tout à livre fermé.

En écrivant vos devoirs : 1° Disposez votre travail avec goût ; 2° Soignez votre écriture ; 3° En présence d'une difficulté, arrêtez-vous et ne passez pas outre avant d'avoir essayé de la résoudre.

6. — En classe, soyez attentifs au travail qui se fait, soignez votre diction, surmontez la fausse honte qui vous empêche de demander les explications dont vous avez besoin pour vous rendre parfaitement compte de ce que vous apprenez.

7. — Lorsque votre professeur vous interroge, ne répondez pas précipitamment, mais réfléchissez auparavant sur la question qui vous est adressée et parlez assez haut pour être facilement compris de toute la classe. Ne riez pas, ne vous moquez pas de ceux qui ne peuvent répondre.

8. — Ne prenez pas la parole sans en

avoir obtenu la permission ; ne répondez pas sans avoir été interrogés.

9.—Par amour de l'ordre, de la propreté et de la pauvreté religieuse, tenez vos livres couverts, veillez à ce que vos cahiers soient propres et bien écrits ; utilisez tout ce qui peut être employé ; évitez de répandre de l'encre dans la classe ou d'y jeter tous menus objets hors d'usage.

Oraison jaculatoire : Mon Dieu, faites que la science que je pourrai acquérir par l'étude, ne me serve qu'à vous aimer davantage.

XIII. REPAS.

Mortification, charité, politesse.

" L'homme ne vit pas seulement de pain, mais aussi de toute parole qui sort de la bouche de Dieu." —*Math.*

" Soit que vous mangiez, soit que vous buviez, faites tout pour la gloire de Dieu."—*Saint Paul.*

" C'est une plus grande vertu de manger sans choix ce que l'on nous présente, que ce soit à notre goût ou non, que de choisir toujours ce qu'il y a de plus mauvais sur la table,"—*Saint François de Sales.*

1.—Allez au réfectoire avec modestie, récitez pieusement le **Bénédicité** et, en vous asseyant, formulez l'**Offrande** des actions.

2.—Regardez la table comme un autel sur lequel vous allez offrir à Notre-Seigneur le sacrifice de votre sensualité et pratiquez, de temps en temps, quelques légères mortifications, sans que personne s'en aperçoive.

3.—Pendant le repas, élevez de temps à autre votre cœur vers Dieu pour le remercier de ses dons et pour lui demander de nourrir votre âme de son divin amour.

4.—Ecoutez attentivement la lecture qui se fait pendant le repas, afin de donner à votre esprit sa nourriture en même temps que votre corps prend sa réfection. Si vous êtes lecteurs, lisez à haute et intelligible voix.

5.—Par esprit de mortification, de charité et de pauvreté, ayez soin : 1° de vous habituer à aimer tous les mets qui sont servis ; 2° de ne pas choisir les meilleurs morceaux, mais de

prendre ceux qui sont le plus à votre portée ; 3° de vous servir avec réserve ; 4° de ne rien laisser dans votre assiette qui puisse être perdu.

6.—Soyez attentifs aux besoins de vos voisins ; n'attendez pas qu'ils vous demandent les choses dont ils ont besoin ; si vous-mêmes vous avez à demander quelque chose, demandez-le poliment.

7.—Evitez de faire du bruit avec votre service ; évitez aussi de produire en mangeant, un bruit désagréable de lèvres.

8.—Observez les règles de la politesse à table, en particulier les pratiques suivantes : 1° Evitez d'être trop courbés, d'appuyer les coudes sur la table, de cacher vos mains—les poignets doivent être posés sur la table—, d'allonger les jambes, de gesticuler, de laisser tomber sur la table aucun liquide, ni aucuns débris de nourriture ; 2° Prenez votre cuiller et votre fourchette de manière à ce que l'extrémité du manche soit appuyée d'un côté par

l'index et le médius, et retenue de l'autre par le pouce ; si vous mangez de la viande, tenez la fourchette entre le pouce et le médius, en appuyant l'index dessus ; 3° Ne portez jamais le couteau à la bouche ; 4° Ne vous penchez pas sur votre verre ou votre tasse, pour boire, et ne buvez pas lorsque vous avez la bouche pleine ; 5° Ne tranchez pas votre pain avec le couteau, mais rompez-le avec les mains ; 6° Ne mordez pas dans un fruit entier ; 7° N'employez jamais votre fourchette ni votre couteau, pour vous servir d'un plat, d'un dessert, etc ; 8° Ne jetez rien sous la table ; 9° Ne faites pas dans votre assiette des mélanges déplacés ; 10° Si vous êtes obligés de tousser, de cracher ou d'éternuer, servez-vous de votre mouchoir pour ne pas incommoder vos Frères ; 11° En parlant, ne lancez pas des parties d'aliments sur la table ou sur vos voisins.

9.– Finissez vos repas par la récitation des **Grâces.**

Oraison jaculatoire : Mon Jésus, je crois que l'homme ne vit pas seulement de pain, mais de toute parole qui sort de la bouche de Dieu.

XIV. RÉCRÉATION.

Gaieté, douceur, charité.

" Venez à l'écart et reposez-vous un peu."

"Nous rendrons compte, au jour du jugement, même d'une parole oiseuse."—*Math.*

" Réjouissez-vous, mais en Notre-Seigneur : que votre modestie vous rende recommandable à tous les hommes."—*Saint Paul.*

1.—Avant de commencer la récréation, faites l'invocation réglementaire, l'**offrande** des actions et souvenez-vous que la gaieté, la douceur et la charité doivent présider à toute récréation.

2.—Rappelez-vous souvent la présence de Dieu, sinon la dissipation vous fera commettre une foule d'oublis regrettables, et faites des oraisons jaculatoires.

3.—Evitez une trop subite expan-

sion de joie et une trop grande précipitation pour aller jouer.

4.—Afin d'éviter les amitiés particulières et les antipathies, allez avec les premiers que vous rencontrerez, amusez-vous ou causez avec tous vos Frères indifféremment : gravez bien dans votre esprit ces paroles de Saint Jean Berchmans : " J'aimerai bien tous mes frères, sans m'attacher à aucun en particulier ; dans une Communauté les amitiés particulières sont dangereuses ; quand elles s'y glissent, la charité est affaiblie et l'ordre renversé. Si je sentais dans mon cœur un amour qui ne fût pas selon Dieu, je le considérerais comme une flamme profane capable d'éteindre le feu sacré de l'amour divin."

5.—Si vous prenez votre récréation dans l'intérieur de la maison, ne parlez pas trop haut, ne riez pas aux éclats, ne frappez pas sur les tables, etc.

6.—Ayez horreur des jeux de mains; témoignez à tous vos Frères un respect religieux et ne permettez à personne

de manquer au respect qui vous est dû.

7.—Lorsque vous jouez à la balle ou aux barres, veillez soigneusement à ne pas vous faire du mal, à n'en pas faire aux autres et soignez vos habits.

8.—Voici les autres principaux points contre lesquels vous devez vous prémunir pendant la récréation :

1° Dans les jeux, ne recherchez pas d'une manière égoïste les meilleures places, n'y montrez pas trop d'attache ; et si vos maîtres y prennent part, ayez pour eux les égards dus à leur rang ; 2° Ne troublez pas les jeux des autres en vous y immisçant indiscrètement ; 3° Ne prenez jamais à l'égard de vos Frères un ton de domination et de commandement ; 4° Evitez toute contestation ; s'il est nécessaire de prouver la vérité, faites-le avec calme et politesse ; 5° Ne faites pas de la peine à vos Frères, ce que vous feriez si vous révéliez leurs défauts, si vous les leur reprochiez, si vous vous moquiez d'eux si vous leur donniez des sobriquets,

etc ; 6° Gardez-vous de toute médisance, ne parlez jamais des défauts et des fautes de vos Frères, de vos ennuis, de ceux qui ont eu le malheur de perdre leur vocation, etc. ; 7° Que vos entretiens roulent ordinairement sur des choses édifiantes ou instructives ; ne parlez pas de vous-mêmes, de votre pays, des vanités et des divertissements du monde ; évitez tout ce qui serait grossier dans la bouche d'un religieux et faites-vous un devoir de conscience de signaler au Frère Directeur ceux qui se permettraient des paroles déshonnêtes ou capables d'introduire le mauvais esprit au Noviciat.

9. – Ne quittez pas la récréation sans permission, ne vous écartez pas pour être seuls ou pour parler en particulier à un autre novice.

Si, pour raison de santé ou pour tout autre motif, vous devez prendre votre récréation dans un autre lieu que celui qui est désigné, ne le faites pas sans permission.

Oraison jaculatoire : Mon Dieu, le démon me dresse mille embûches pendant les récréations ; donnez-moi la prudence dont j'ai besoin pour éviter tous les dangers qui me menacent.

XV. EMPLOI.

Activité, propreté, esprit de famille.

" Je ne suis pas venu pour être servi, mais pour servir."—*Math.*

" Prenez soin des choses dont vous êtes chargés ; car Dieu, qui vous les a confiées, veut que vous y apportiez toute la diligence nécessaire ; mais n'y apportez jamais de l'empressement car cela empêche de bien faire ce que nous faisons."— *Saint François de Sales.*

---

1. — Sur le point de commencer votre emploi, faites-en l'offrande et prenez les précautions nécessaires pour ne point salir vos habits.

2.—Dans l'exercice de votre emploi, gardez religieusement le silence ; s'il y a nécessité de parler, faites-le en peu de mots et à voix basse.

3.— Lorsque vous êtes servants, tenez le placard propre et que tout y soit en ordre ; évitez toute précipitation dans votre travail ; ne vous chargez pas de trop de choses à la fois, afin de ne rien casser ; placez les couverts et le reste avec goût et symétrie ; veillez à ce que rien ne manque et que tout soit d'une propreté irréprochable ; recueillez les restes après chaque repas ; essuyez proprement les tables, balayez la pièce, faites-la aérer et, avant de laisser le réfectoire, voyez à ce que chaque chose soit à sa place.

4.—Si vous êtes chargés de laver la vaisselle, ne répandez pas d'eau, n'en faites pas jaillir sur les murs, ne mettez pas la vaisselle en trop grande quantité dans la cuve, maniez-la doucement afin de ne rien casser, remettez les choses en place, après vous être assurés qu'elles sont propres.

5. Quand vous aurez à balayer, ouvrez d'abord les croisées et assujettissez-les ; remuez, avec soin et avec le moins de bruit possible, les chaises,

les bancs, etc. ; veillez à ne pas faire trop de poussière ; n'oubliez pas les coins.

6.—Le balayage terminé, enlevez les balayures ; époussetez ; remettez tout en ordre, sans bruit ; fermez les fenêtres et les portes, si la saison l'exige.

7.— Dès que vous avez terminé votre emploi, hâtez-vous de rejoindre la Communauté.

XVI. PROMENADES.

Gaieté, douceur, charité, modestie des yeux.

" Seigneur, demeurez avec nous."—*Luc.*

" Soyez en toute chose un exemple de bonnes œuvres, par vos instructions, votre régularité et votre modestie."—*Tite.*

1.— Récitez pieusement la prière qui se fait avant le départ et formulez l'offrande des actions.

2.—Pendant la promenade, n'oubliez pas de renouveler de temps en temps

l'acte de la présence de Dieu et de faire des oraisons jaculatoires.

3.—En traversant le village, gardez soigneusement la modestie des yeux.

4.—Répondez aux marques de respect qui vous sont donnés et prévenez les prêtres, les religieux, les religieuses et les personnes d'autorité.

5.—Dans les chemins publics et dans tous les endroits où vous pouvez être vus, portez dignement votre Habit religieux.

6.—Dans les endroits boueux, marchez de façon à vous salir le moins possible et n'éclaboussez pas les autres ; dans les bois, prenez certaines précautions pour ne point déchirer votre habit.

7.—Si vous tenez la tête de la promenade, marchez d'un pas modéré, et si vous êtes en arrière, ne vous attardez pas : le bon ordre demande un certain groupement.

8.—Si vous avez à franchir une clôture, prenez garde de la briser ; si

vous avez à longer une prairie ou un champ ensemencé, n'occasionnez aucun dommage.

9.—Durant la promenade, ne vous écartez pas sans en avoir obtenu la permission préalable de celui qui préside ; que votre conversation soit, comme pendant la récréation, édifiante et instructive ; pendant le temps d'arrêt, ayez une posture conforme aux règles de la modestie.

10.—Si, pour étancher votre soif, vous allez boire à une fontaine, allez-y sans précipitation et buvez d'une manière convenable ; montrez aussi une certaine modération à l'égard des fruits sauvages qu'il vous est permis de cueillir.

11.—Au retour de la promenade, ne restez jamais avec les pieds ou les habits mouillés.

Oraison jaculatoire : Seigneur, demeurez avec nous.

XVII. CHAPELET.

Intention spéciale. *Rendre nos devoirs à notre divine Mère.*

"Dieu a voulu que nous eussions tout par Marie." —*Saint Bernard.*

"Je ne prendrai pas de repos, avant d'avoir obtenu une tendre dévotion envers Marie, ma Mère."—*Saint Jean Berchmans.*

---

1. Pendant la récitation du chapelet, suivez les conseils donnés aux pages 23, 24.

2. —Ayez un chapelet rosarié et méditez sur les mystères afin de gagner l'indulgence de 100 jours attachée à chaque grain du chapelet.

3. —Instruisez-vous des diverses circonstances de la vie de Notre-Seigneur et de la Sainte Vierge, relatives aux divers mystères du Rosaire.

Pour vous aider dans cette courte méditation, servez-vous des pensées et des réflexions suivantes :

INCARNATION.

Pensées. — L'Ange salue Marie pleine de grâces et lui annonce que Dieu l'a choisie pour être la Mère du Sauveur. Marie s'humilie : "Voici la servante de Dieu, qu'il me soit fait selon votre parole." Aussitôt le Verbe se fait chair.

Réflexions. — Amour de Dieu envers les hommes.—Respect de l'Ange envers Marie.—Humilité et bonheur de la Vierge.

Pratique. A l'exemple de Marie, aimons l'humilité.

VISITATION.

Pensées. — Marie, dans un sentiment de charité, va visiter Elisabeth. Elle la salue. Jean-Baptiste est sanctifié par la grâce de Notre-Seigneur. Elisabeth félicite Marie du choix que Dieu a fait d'elle pour être la Mère du Messie. L'auguste Vierge répond à ces éloges par le chant du Magnificat.

Réflexions. —Charité de Marie envers sa cousine. – Grâces que sa présence apporte dans la maison de Zacharie.—Respect que lui témoigne Elisabeth. —Marie, dans un sentiment de reconnaissance et d'humilité, chante le Magnificat.

Pratique. —A l'exemple de Marie, pratiquons la charité.

NATIVITE.

Pensées. — Jésus naît à Bethléem dans une étable. Marie l'enveloppe de langes, le couche dans une crèche entre deux animaux. Des bergers, puis des Mages, viennent adorer le Sauveur.

Réflexions.—Amour de Jésus pour la pauvreté.—Son empressement à appeler les hommes à lui.—Bonheur des bergers et des Rois.—Leurs offrandes.

Pratique. — A l'exemple de Jésus, chérissons la pauvreté.

PRESENTATION.

Pensées. — Pour obéir à la loi de Moïse, Marie va au temple pour se

purifier et offrir Jésus au Père Céleste. Le vieillard Siméon prend entre ses bras le divin Enfant, célèbre sa gloire et prédit à Marie qu'un glaive de douleur percera son cœur. Marie, à l'heure même, a connaissance de la passion de son Fils, et un glaive de douleur percera son cœur tous les jours de sa vie.

Réflexions. — Obéissance de Marie. — Bonheur de Siméon. — Douleurs de Marie. — Sa résignation en vue de notre salut.

Pratique. — Aimons la pureté.

RECOUVREMENT.

Pensées. — La sainte Famille va au Temple. Jésus demeure dans le Temple à l'insu de ses parents. Marie et Joseph le cherchent pendant trois jours. " *Pourquoi me cherchiez-vous ? dit-il à sa mère ; ne saviez-vous pas qu'il faut que je sois occupé à ce qui regarde le service de mon Père ?* "

Réflexions. — Piété de la sainte famille. — Tristesse et affliction de Marie et de Joseph. — Leur empressement

à chercher Jésus.—Leçon qu'ils nous donnent.—Obéissance de Jésus à Dieu son Père.—Leçon qu'il nous donne.

Pratique.—A l'exemple de Jésus, soyons obéissants.

AGONIE DE JESUS.

Pensées.—Après la Cène, Jésus se retire à l'écart. Il voit la Majesté de son Père offensée par les péchés des hommes, les tourments qu'on lui prépare, les âmes qui périssent par milliers. Il tombe en agonie. Une sueur de sang s'échappe de tout son corps, il prie, un Ange le fortifie. Il accepte le calice de sa Passion.

Réflexions.— Nos péchés, principale cause de l'affliction du Cœur de Jésus —Intensité de cette affliction.— Prière de Jésus. – Sa résignation.

Pratique.— A l'exemple du Sauveur, soyons résignés à la volonté de Dieu.

FLAGELLATION.

Pensées.—Les soldats dépouillent

Jésus. Ils le lient à la colonne et le frappent à coups de fouets. Les lambeaux de sa chair volent au loin. Son sang coule à grands flots. Son corps n'est qu'une plaie,

Réflexions.—Affreux tourments de de la flagellation.—Nos péchés de sensualité et d'immodestie, causes de ces tourments

Pratique. — Ayons horreur de ces péchés qui ont causé de telles souffrances à Notre-Seigneur.

COURONNEMENT D'EPINES.

Pensées.—Les soldats, par moquerie, couvrent Notre-Seigneur d'un manteau d'écarlate. Ils lui mettent à la main un roseau comme sceptre et ils lui enfoncent sur la tête une couronne d'épines. Ils lui crachent au visage et ils l'accablent de coups.

Réflexions.— Humiliations de Jésus au milieu de cette soldatesque.—Souffrances qu'il endure lorsque la couronne d'épines est enfoncée sur sa tête. - Notre orgueil, principale cause

7. — Assurez-vous de vos dispositions actuelles. Est-ce que je suis bien résolu de...? O mon Dieu, vous voyez le fond de mon âme, il me semble que je suis bien décidé à... ; je sais qu'il m'en coûtera pour... ; mais j'espère qu'avec le secours de votre grâce, je serai fidèle.

8. — Voyez quels moyens vous devez employer. Le meilleur moyen à prendre est de bien préciser votre résolution et quant à ce que vous voulez faire, et quant au temps, au lieu et à la manière de le faire. Eh bien ! mon Jésus, sous l'inspiration de votre grâce et pour me conformer à votre bon plaisir, je vous promets de... *(Ici précisez votre résolution.)* Donnez-moi, ô mon Dieu, une foi très vive et surtout un amour très ardent. Il me semble, ô mon Bien-Aimé Jésus, qu'il n'y a que cet amour qui puisse faire de moi un bon religieux, un vrai Frère du Sacré-Cœur.

III. CONCLUSION DE LA MEDITATION.

1.—Récapitulez les points.— Mon Dieu, il faut que je vous quitte ; de l'oraison il faut que je passe à l'action. Toutefois, avant de vous laisser, permettez-moi de jeter encore un coup d'œ[illegible] votre di[illegible] en eigne-ment. Vous [illegible] n Maît[illegible] e choses, que je su[illegible] Aujourd'[illegible] Vierge, ma bonne M[illegible] s toute-puissante sur le Cœur de J[illegible], obtenez-moi la fidélité à mes résolutions.

2.—Dans un fervent **colloque,** adressez-vous à Dieu le Père, à Jésus-Christ, à la sainte Vierge ou à quelque Saint, selon que la nature du sujet le demande.

3. – Choisissez votre **bouquet spirituel :** Pour bouquet spirituel je prends les mots... que je répéterai souvent pendant la journée, principa-

lement dans telle ou telle circonstance. (*à déterminer*).

4.— Faites **l'offrande** des résolutions : Je vous offre, ô mon Dieu, ces résolutions ; je ne puis y être fidèle, si vous ne daignez les bénir ; mais j'espère de votre bonté cette bénédiction que je vous demande au nom et en vue des mérites de Jésus, mon divin Sauveur. Vierge sainte, mon bon Ange, mes saints Patrons, obtenez-moi la grâce de garder ces résolutions avec une fidélité parfaite.

5.—Terminez par une prière vocale et par la **Revue :**

Revue.

Ai-je, hier soir, et ce matin dès mon réveil, préparé avec soin ma méditation, fixé les préludes, déterminé les points ?

Avant la méditation, me suis-je bien pénétré de la présence de Dieu ? Ai-je fait l'oraison préparatoire et les préludes ?

Pendant la méditation, ai-je gardé une posture respectueuse, et

Revue.

ai-je consacré à ce saint exercice tout le temps prescrit par la Règle ?

Ai-je tenu mon esprit et mon cœur constamment appliqués à mon sujet de méditation ?

Ai-je fait les colloques ?

Ai-je pris des résolutions pratiques ?

Ai-je fait le bouquet spirituel ?

Oraison jaculatoire : Mon Dieu, accordez-moi le don d'oraison.

Tableau synoptique du Corps de la Méditation.

	1. *Vérité.*	2. *Fait.*	3. *Sujet mixte.*	*Affections.*	*Résolutions.*
1° Méditation du Sujet.	Qui l'a dite ?	Qui agit ?	Qui agit et parle ?	Acte de foi.	
	Quel en est le sens ?	Que fait-il ?	Que fait-il et que dit-il ?	Demande de lumière.	
	Dans quelles circonstances a-t-elle été dite ?	Comment le fait-il ?	De quelle manière ?		
	A qui est-elle dite ?	Pour qui ?	Pour qui ?	Remerciement.	
	Pourquoi ?	Pourquoi ?	Pourquoi ?	Amour.	
	Est-ce que je la crois ?	Est-ce que je le crois ?	Crois-je cela ?	Acte de foi. Demande de foi agissante.	
	Quelles conséquences pratiques découlent de cette vérité ?	Quelles en sont les conséquences pratiques ?	Quelles en sont les conséquences pratiques ?	Demande de lumière.	

2° Application du Sujet.	Quelle application dois-je m'en aire ?	Acte de demande.	Résolution pratique.
	Quels motifs ai-je de me faire cette application ?.....	Demande de lumière.	R. fondée sur des motifs solides.
	Quelle a été jusqu'ici ma conduite sur ce point ?.....	Regrets.	
	Quelles sont mes dispositions actuelles ?.....	Demande de défiance de soi-même et de confiance en Dieu.	R. humble. R. actuelle.
	Aujourd'hui, quels obstacles écarter et quels moyens employer pour assurer le succès de cette application.	Pressantes supplications.	Résolution particulière.
	INTELLIGENCE.	SENSIBILITÉ.	VOLONTÉ.

X. OFFICE DU SACRÉ-CŒUR.

Intention spéciale. — *Rendre nos devoirs au Cœur de Jésus.*

"Oh ! qu'il est doux de mourir après avoir eu une constante dévotion au cœur de celui qui doit nous juger."—*B. Marguerite-Marie.*

"Allons tous au rendez-vous naturel, dans le Sacré-Cœur, pour y verser nos prières, nos douleurs et toutes nos peines."—*Frère Adrien.*

1.—A l'imitation de l'Office canonial, l'Office du Sacré-Cœur se divise en huit Heures : Prime, Tierce, Sexte, et None ; Vêpres et Complies ; Matines et Laudes. Chaque Heure commence par l'invocation :

"**Cœur Sacré de Jésus..**" et se termine par l'oraison "**Seigneur Jésus..**".

2.—Mettez en pratique, dans la récitation de votre Office, les conseils qui ont été donnés pour la prière du matin.

3.—Récitez le "**Notre Père**", le "**Je vous salue**", le "**Je crois en Dieu**", et le "**Je confesse**", comme préparation à l'Office.

4. — Pendant la récitation des prières de chaque Heure, tenez les regards de votre âme fixés sur le Cœur de Jésus, et méditez affectueusement la **disposition** de ce divin Cœur mentionnée dans l'antienne de cette Heure.

5. – A chaque **"Gloire au Père,"** inclinez légèrement la tête.

6. – A la fin des Heures, faites l'invocation au Cœur immaculé de Marie et récitez l'oraison qui suit cette invocation pour demander à la très sainte Vierge de vous obtenir l'amour du Cœur de Jésus.

7. — Vous pourrez réciter les **litanies** qui précèdent Prime, pour louer et glorifier le Cœur de Jésus ; le **Veni Creator** pour demander les dons et les fruits du Saint-Esprit ; la **prière à Saint Joseph** pour obtenir de ce grand Saint la vertu de pureté ; la **prière à l'Ange Gardien** pour vous mettre sous la protection de ce Prince du ciel.

XI. SAINTE MESSE.

Intention spéciale. — *Adorer Dieu ; le remercier de ses bienfaits ; obtenir le pardon des péchés ; lui demander ses grâces.*

" La sainte messe est le soleil des exercices de piété, l'abîme de la miséricorde, la source de la charité, le moyen par excellence pour obtenir toutes les grâces."—*Saint François de Sales.*

1.—Avant la sainte messe, préparez soigneusement votre âme, car s'il est un exercice qui demande une préparation sérieuse, c'est sans contredit le saint sacrifice de la messe.

2.—Suivez les prières du prêtre dans l'**Ordinaire de la messe** et les textes liturgiques qui s'y rapportent, et ayez soin de vous les appliquer par l'intention et le sentiment.

3.—Pendant la messe, ne perdez pas de vue les quatre fins du saint sacrifice ; inspirez-vous des pensées suivantes :

1. **Du commencement jusqu'à l'Évangile :** Dieu est mon Créateur, mon Seigneur et mon maître. Comment puis-je lui rendre l'honneur et l'hommage infini qui lui sont dus ? En lui offrant la divine Victime qui s'abaisse devant sa souveraine grandeur.

2. **De l'Évangile à l'Élévation :** La dette que, par mes péchés, j'ai contractée envers la justice divine, est immense. Comment payer cette dette ? J'offrirai les mérites de mon Sauveur, le sang de mon Rédempteur.

3. **De l'Élévation à la Communion :** Je suis chargé des bienfaits de Dieu. Comment puis-je le remercier convenablement ? En lui offrant le Sang divin, le Corps précieux de Jésus-Christ.

4. **De la Communion à la fin de la Messe :** Mes besoins sont nombreux et mon indignité est extrême. Comment obtenir de Dieu les grâces qui me sont nécessaires ? En les lui de-

mandant en vertu du sang et de la vie de son divin Fils.

4.—A la Communion du prêtre, n'oubliez pas de faire la Communion spirituelle, si vous ne faites pas la Communion sacramentelle.

XII. ÉTUDES ET CLASSE.

Pureté d'intention, activité, obéissance, simplicité religieuse.

" Appliquez-vous à devenir saint et savant : mettez-y tous vos soins ; car, en agissant ainsi, vous vous sauverez vous-même et ceux que vous instruisez."—*Tim.*

" Par l'étude des sciences, rendez gloire au Seigneur."—*Isaïe.*

" Apportez tous vos soins pour joindre à votre foi la vertu ; à la vertu, la science."—*Pierre.*

1.—Au commencement de l'étude et de la classe, récitez attentivement le **Veni Sancte Spiritus** et l'**Ave Maria** pour demander les lumières du Saint-Esprit et la protection de la très sainte Vierge ; ensuite, en vous asseyant, faites avec ferveur l'**Offrande** de vos actions.

2.—A la bénédiction de l'heure et de la demi-heure, cessez promptement toute occupation, recueillez-vous, récitez pieusement la prière d'usage ; si vous sentez de la lâcheté, que le souvenir de Dieu ravive votre ardeur pour le travail ; si vous vous apercevez que vous êtes dissipés, calmez votre agitation.

3.—Gardez scrupuleusement le silence ; évitez tout ce qui est de nature à troubler l'ordre, comme de remuer les pupitres, les chaises ou les bancs, de marcher bruyamment, etc.

4.—Gardez toujours une posture convenable, tenez vos mains sur le pupitre, ne vous accoudez pas, n'étendez pas les jambes, tenez les pieds presque joints et ne les posez pas sur les barreaux de la chaise de votre voisin.

5.—Apportez à votre travail l'ordre et la méthode voulus.

Dans l'étude de vos leçons : 1° Lisez toute la leçon de manière à en comprendre le sens ; 2° Divisez-la par

parties distinctes, que vous apprenez séparément ; 3° Récitez le tout à livre fermé.

En écrivant vos devoirs : 1° Disposez votre travail avec goût ; 2° Soignez votre écriture ; 3° En présence d'une difficulté, arrêtez-vous et ne passez pas outre avant d'avoir essayé de la résoudre.

6. — En classe, soyez attentifs au travail qui se fait, soignez votre diction, surmontez la fausse honte qui vous empêche de demander les explications dont vous avez besoin pour vous rendre parfaitement compte de ce que vous apprenez.

7. — Lorsque votre professeur vous interroge, ne répondez pas précipitamment, mais réfléchissez auparavant sur la question qui vous est adressée et parlez assez haut pour être facilement compris de toute la classe. Ne riez pas, ne vous moquez pas de ceux qui ne peuvent répondre.

8. — Ne prenez pas la parole sans en

avoir obtenu la permission ; ne répondez pas sans avoir été interrogés.

9.—Par amour de l'ordre, de la propreté et de la pauvreté religieuse, tenez vos livres couverts, veillez à ce que vos cahiers soient propres et bien écrits ; utilisez tout ce qui peut être employé ; évitez de répandre de l'encre dans la classe ou d'y jeter tous menus objets hors d'usage.

Oraison jaculatoire : Mon Dieu, faites que la science que je pourrai acquérir par l'étude, ne me serve qu'à vous aimer davantage.

XIII. REPAS.

Mortification, charité, politesse.

" L'homme ne vit pas seulement de pain, mais aussi de toute parole qui sort de la bouche de Dieu." —*Math.*

" Soit que vous mangiez, soit que vous buviez, faites tout pour la gloire de Dieu."—*Saint Paul.*

" C'est une plus grande vertu de manger sans choix ce que l'on nous présente, que ce soit à notre goût ou non, que de choisir toujours ce qu'il y a de plus mauvais sur la table,"—*Saint François de Sales.*

1.—Allez au réfectoire avec modestie, récitez pieusement le **Bénédicité** et, en vous asseyant, formulez l'**Offrande** des actions.

2.—Regardez la table comme un autel sur lequel vous allez offrir à Notre-Seigneur le sacrifice de votre sensualité et pratiquez, de temps en temps, quelques légères mortifications, sans que personne s'en aperçoive.

3.—Pendant le repas, élevez de temps à autre votre cœur vers Dieu pour le remercier de ses dons et pour lui demander de nourrir votre âme de son divin amour.

4.—Ecoutez attentivement la lecture qui se fait pendant le repas, afin de donner à votre esprit sa nourriture en même temps que votre corps prend sa réfection. Si vous êtes lecteurs, lisez à haute et intelligible voix.

5.—Par esprit de mortification, de charité et de pauvreté, ayez soin : 1° de vous habituer à aimer tous les mets qui sont servis ; 2° de ne pas choisir les meilleurs morceaux, mais de

prendre ceux qui sont le plus à votre portée ; 3° de vous servir avec réserve ; 4° de ne rien laisser dans votre assiette qui puisse être perdu.

6. — Soyez attentifs aux besoins de vos voisins ; n'attendez pas qu'ils vous demandent les choses dont ils ont besoin ; si vous-mêmes vous avez à demander quelque chose, demandez-le poliment.

7. — Evitez de faire du bruit avec votre service ; évitez aussi de produire en mangeant, un bruit désagréable de lèvres.

8. — Observez les règles de la politesse à table, en particulier les pratiques suivantes : 1° Evitez d'être trop courbés, d'appuyer les coudes sur la table, de cacher vos mains — les poignets doivent être posés sur la table —, d'allonger les jambes, de gesticuler, de laisser tomber sur la table aucun liquide, ni aucuns débris de nourriture ; 2° Prenez votre cuiller et votre fourchette de manière à ce que l'extrémité du manche soit appuyée d'un côté par

l'index et le médius, et retenue de l'autre par le pouce ; si vous mangez de la viande, tenez la fourchette entre le pouce et le médius, en appuyant l'index dessus ; 3° Ne portez jamais le couteau à la bouche ; 4° Ne vous penchez pas sur votre verre ou votre tasse, pour boire, et ne buvez pas lorsque vous avez la bouche pleine ; 5° Ne tranchez pas votre pain avec le couteau, mais rompez-le avec les mains ; 6° Ne mordez pas dans un fruit entier ; 7° N'employez jamais votre fourchette ni votre couteau, pour vous servir d'un plat, d'un dessert, etc ; 8° Ne jetez rien sous la table ; 9° Ne faites pas dans votre assiette des mélanges déplacés ; 10° Si vous êtes obligés de tousser, de cracher ou d'éternuer, servez-vous de votre mouchoir pour ne pas incommoder vos Frères ; 11° En parlant, ne lancez pas des parties d'aliments sur la table ou sur vos voisins.

9.— Finissez vos repas par la récitation des **Grâces.**

Oraison jaculatoire : Mon Jésus, je crois que l'homme ne vit pas seulement de pain, mais de toute parole qui sort de la bouche de Dieu.

XIV. RÉCRÉATION.

Gaieté, douceur, charité.

" Venez à l'écart et reposez-vous un peu."

"Nous rendrons compte, au jour du jugement, même d'une parole oiseuse."—*Math.*

" Réjouissez-vous, mais en Notre-Seigneur : que votre modestie vous rende recommandable à tous les hommes."—*Saint Paul.*

1.—Avant de commencer la récréation, faites l'invocation réglementaire, l'**offrande** des actions et souvenez-vous que la gaieté, la douceur et la charité doivent présider à toute récréation.

2.—Rappelez-vous souvent la présence de Dieu, sinon la dissipation vous fera commettre une foule d'oublis regrettables, et faites des oraisons jaculatoires.

3.—Evitez une trop subite expan-

sion de joie et une trop grande précipitation pour aller jouer.

4.—Afin d'éviter les amitiés particulières et les antipathies, allez avec les premiers que vous rencontrerez, amusez-vous ou causez avec tous vos Frères indifféremment : gravez bien dans votre esprit ces paroles de Saint Jean Berchmans : " J'aimerai bien tous mes frères, sans m'attacher à aucun en particulier ; dans une Communauté les amitiés particulières sont dangereuses ; quand elles s'y glissent, la charité est affaiblie et l'ordre renversé. Si je sentais dans mon cœur un amour qui ne fût pas selon Dieu, je le considérerais comme une flamme profane capable d'éteindre le feu sacré de l'amour divin."

5.—Si vous prenez votre récréation dans l'intérieur de la maison, ne parlez pas trop haut, ne riez pas aux éclats, ne frappez pas sur les tables, etc.

6.—Ayez horreur des jeux de mains; témoignez à tous vos Frères un respect religieux et ne permettez à personne

de manquer au respect qui vous est dû.

7.—Lorsque vous jouez à la balle ou aux barres, veillez soigneusement à ne pas vous faire du mal, à n'en pas faire aux autres et soignez vos habits.

8.—Voici les autres principaux points contre lesquels vous devez vous prémunir pendant la récréation :

1° Dans les jeux, ne recherchez pas d'une manière égoïste les meilleures places, n'y montrez pas trop d'attache ; et si vos maîtres y prennent part, ayez pour eux les égards dus à leur rang ; 2° Ne troublez pas les jeux des autres en vous y immisçant indiscrètement ; 3° Ne prenez jamais à l'égard de vos Frères un ton de domination et de commandement ; 4° Evitez toute contestation ; s'il est nécessaire de prouver la vérité, faites-le avec calme et politesse ; 5° Ne faites pas de la peine à vos Frères, ce que vous feriez si vous révéliez leurs défauts, si vous les leur reprochiez, si vous vous moquiez d'eux si vous leur donniez des sobriquets,

etc ; 6° Gardez-vous de toute médisance, ne parlez jamais des défauts et des fautes de vos Frères, de vos ennuis, de ceux qui ont eu le malheur de perdre leur vocation, etc. ; 7° Que vos entretiens roulent ordinairement sur des choses édifiantes ou instructives ; ne parlez pas de vous-mêmes, de votre pays, des vanités et des divertissements du monde ; évitez tout ce qui serait grossier dans la bouche d'un religieux et faites-vous un devoir de conscience de signaler au Frère Directeur ceux qui se permettraient des paroles déshonnêtes ou capables d'introduire le mauvais esprit au Noviciat.

9. – Ne quittez pas la récréation sans permission, ne vous écartez pas pour être seuls ou pour parler en particulier à un autre novice.

Si, pour raison de santé ou pour tout autre motif, vous devez prendre votre récréation dans un autre lieu que celui qui est désigné, ne le faites pas sans permission.

Oraison jaculatoire : Mon Dieu, le démon me dresse mille embûches pendant les récréations ; donnez-moi la prudence dont j'ai besoin pour éviter tous les dangers qui me menacent.

XV. EMPLOI.

Activité, propreté, esprit de famille.

" Je ne suis pas venu pour être servi, mais pour servir."—*Math.*

" Prenez soin des choses dont vous êtes chargés ; car Dieu, qui vous les a confiées, veut que vous y apportiez toute la diligence nécessaire ; mais n'y apportez jamais de l'empressement car cela empêche de bien faire ce que nous faisons."— *Saint François de Sales.*

---

1. — Sur le point de commencer votre emploi, faites-en l'offrande et prenez les précautions nécessaires pour ne point salir vos habits

2.—Dans l'exercice de votre emploi, gardez religieusement le silence ; s'il y a nécessité de parler, faites-le en peu de mots et à voix basse.

3.— Lorsque vous êtes servants, tenez le placard propre et que tout y soit en ordre ; évitez toute précipitation dans votre travail ; ne vous chargez pas de trop de choses à la fois, afin de ne rien casser ; placez les couverts et le reste avec goût et symétrie ; veillez à ce que rien ne manque et que tout soit d'une propreté irréprochable ; recueillez les restes après chaque repas ; essuyez proprement les tables, balayez la pièce, faites-la aérer et avant de laisser le réfectoire, veillez à ce que chaque chose soit à sa place.

4.—Si vous êtes chargés de laver la vaisselle, ne répandez pas d'eau, n'en faites pas jaillir sur les murs, ne mettez pas la vaisselle en trop grande quantité dans la cuve, maniez-la doucement afin de ne rien casser, remettez les choses en place, après vous être assurés qu'elles sont propres.

5. Quand vous aurez à balayer, ouvrez d'abord les croisées et assujettissez-les ; remuez, avec soin et avec le moins de bruit possible, les chaises,

les bancs, etc. ; veillez à ne pas faire trop de poussière ; n'oubliez pas les coins.

6.—Le balayage terminé, enlevez les balayures ; époussetez ; remettez tout en ordre, sans bruit ; fermez les fenêtres et les portes, si la saison l'exige.

7.— Dès que vous avez terminé votre emploi, hâtez-vous de rejoindre la Communauté.

XVI. PROMENADES.

Gaieté, douceur, charité, modestie des yeux.

" Seigneur, demeurez avec nous."—*Luc.*

" Soyez en toute chose un exemple de bonnes œuvres, par vos instructions, votre régularité et votre modestie."—*Tite.*

1.— Récitez pieusement la prière qui se fait avant le départ et formulez l'**offrande** des actions.

2.—Pendant la promenade, n'oubliez pas de renouveler de temps en temps

l'acte de la présence de Dieu et de faire des oraisons jaculatoires.

3.—En traversant le village, gardez soigneusement la modestie des yeux.

4.—Répondez aux marques de respect qui vous sont donnés et prévenez les prêtres, les religieux, les religieuses et les personnes d'autorité.

5.—Dans les chemins publics et dans tous les endroits où vous pouvez être vus, portez dignement votre Habit religieux.

6.—Dans les endroits boueux, marchez de façon à vous salir le moins possible et n'éclaboussez pas les autres ; dans les bois, prenez certaines précautions pour ne point déchirer votre habit.

7.—Si vous tenez la tête de la promenade, marchez d'un pas modéré, et si vous êtes en arrière, ne vous attardez pas : le bon ordre demande un certain groupement.

8.—Si vous avez à franchir une clôture, prenez garde de la briser ; si

vous avez à longer une prairie ou un champ ensemencé, n'occasionnez aucun dommage.

9.—Durant la promenade, ne vous écartez pas sans en avoir obtenu la permission préalable de celui qui préside ; que votre conversation soit, comme pendant la récréation, édifiante et instructive ; pendant le temps d'arrêt, ayez une posture conforme aux règles de la modestie.

10.—Si, pour étancher votre soif, vous allez boire à une fontaine, allez-y sans précipitation et buvez d'une manière convenable ; montrez aussi une certaine modération à l'égard des fruits sauvages qu'il vous est permis de cueillir.

11.—Au retour de la promenade, ne restez jamais avec les pieds ou les habits mouillés.

Oraison jaculatoire : Seigneur, demeurez avec nous.

XVII. CHAPELET.

Intention spéciale. *Rendre nos devoirs à notre divine Mère.*

"Dieu a voulu que nous eussions tout par Marie." —*Saint Bernard.*

"Je ne prendrai pas de repos, avant d'avoir obtenu une tendre dévotion envers Marie, ma Mère."—*Saint Jean Berchmans.*

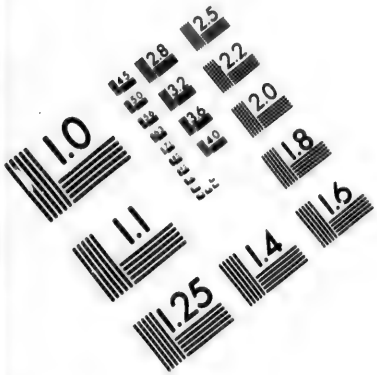
---

1. Pendant la récitation du chapelet, suivez les conseils donnés aux pages 23, 24.

2.—Ayez un chapelet rosarié et méditez sur les mystères afin de gagner l'indulgence de 100 jours attachée à chaque grain du chapelet.

3.—Instruisez-vous des diverses circonstances de la vie de Notre-Seigneur et de la Sainte Vierge, relatives aux divers mystères du Rosaire.

Pour vous aider dans cette courte méditation, servez-vous des pensées et des réflexions suivantes :



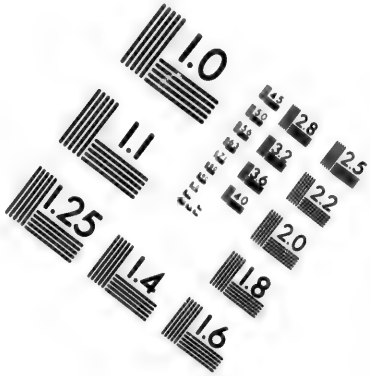
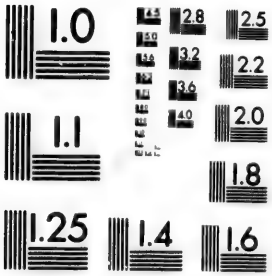
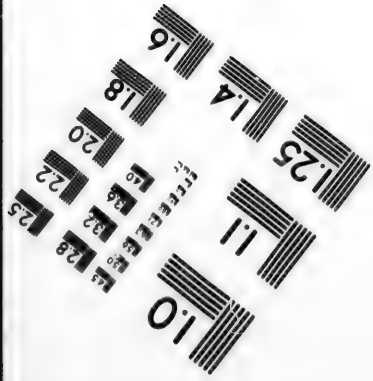
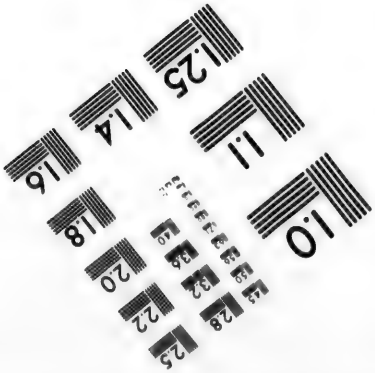


IMAGE EVALUATION
TEST TARGET (MT-3)







2.8
2.5
3.2
2.2
2.0
1.0

INCARNATION.

Pensées. — L'Ange salue Marie pleine de grâces et lui annonce que Dieu l'a choisie pour être la Mère du Sauveur. Marie s'humilie : "Voici la servante de Dieu, qu'il me soit fait selon votre parole." Aussitôt le Verbe se fait chair.

Réflexions. — Amour de Dieu envers les hommes.—Respect de l'Ange envers Marie.—Humilité et bonheur de la Vierge.

Pratique. A l'exemple de Marie, aimons l'humilité.

VISITATION.

Pensées. — Marie, dans un sentiment de charité, va visiter Elisabeth. Elle la salue. Jean-Baptiste est sanctifié par la grâce de Notre-Seigneur. Elisabeth félicite Marie du choix que Dieu a fait d'elle pour être la Mère du Messie. L'auguste Vierge répond à ces éloges par le chant du Magnificat.

Réflexions. —Charité de Marie envers sa cousine. – Grâces que sa présence apporte dans la maison de Zacharie.—Respect que lui témoigne Elisabeth.—Marie, dans un sentiment de reconnaissance et d'humilité, chante le Magnificat.

Pratique. —A l'exemple de Marie, pratiquons la charité.

NATIVITE.

Pensées. — Jésus naît à Bethléem dans une étable. Marie l'enveloppe de langes, le couche dans une crèche entre deux animaux. Des bergers, puis des Mages, viennent adorer le Sauveur.

Réflexions.—Amour de Jésus pour la pauvreté.—Son empressement à appeler les hommes à lui.—Bonheur des bergers et des Rois.—Leurs offrandes.

Pratique. —A l'exemple de Jésus, chérissons la pauvreté.

PRESENTATION.

Pensées. — Pour obéir à la loi de Moïse, Marie va au temple pour se

purifier et offrir Jésus au Père Céleste. Le vieillard Siméon prend entre ses bras le divin Enfant, célèbre sa gloire et prédit à Marie qu'un glaive de douleur percera son cœur. Marie, à l'heure même, a connaissance de la passion de son Fils, et un glaive de douleur percera son cœur tous les jours de sa vie.

Réflexions. — Obéissance de Marie. —Bonheur de Siméon.—Douleurs de Marie.—Sa résignation en vue de notre salut.

Pratique. —Aimons la pureté.

RECOUVREMENT.

Pensées.—La sainte Famille va au Temple. Jésus demeure dans le Temple à l'insu de ses parents. Marie et Joseph le cherchent pendant trois jours. " *Pourquoi me cherchiez-vous ? dit-il à sa mère ; ne saviez-vous pas qu'il faut que je sois occupé à ce qui regarde le service de mon Père ?* "

Réflexions. — Piété de la sainte famille.—Tristesse et affliction de Marie et de Joseph.—Leur empressement

à chercher Jésus.—Leçon qu'ils nous donnent.—Obéissance de Jésus à Dieu son Père.—Leçon qu'il nous donne.

Pratique.—A l'exemple de Jésus, soyons obéissants.

AGONIE DE JESUS.

Pensées.—Après la Cène, Jésus se retire à l'écart. Il voit la Majesté de son Père offensée par les péchés des hommes, les tourments qu'on lui prépare, les âmes qui périssent par milliers. Il tombe en agonie. Une sueur de sang s'échappe de tout son corps, il prie, un Ange le fortifie. Il accepte le calice de sa Passion.

Réflexions.— Nos péchés, principale cause de l'affliction du Cœur de Jésus — Intensité de cette affliction.— Prière de Jésus. – Sa résignation.

Pratique.— A l'exemple du Sauveur, soyons résignés à la volonté de Dieu.

FLAGELLATION.

Pensées.—Les soldats dépouillent

Jésus. Ils le lient à la colonne et le frappent à coups de fouets. Les lambeaux de sa chair volent au loin. Son sang coule à grands flots. Son corps n'est qu'une plaie,

Réflexions.—Affreux tourments de de la flagellation.—Nos péchés de sensualité et d'immodestie, causes de ces tourments

Pratique. — Ayons horreur de ces péchés qui ont causé de telles souffrances à Notre-Seigneur.

COURONNEMENT D'EPINES.

Pensées.—Les soldats, par moquerie, couvrent Notre-Seigneur d'un manteau d'écarlate. Ils lui mettent à la main un roseau comme sceptre et ils lui enfoncent sur la tête une couronne d'épines. Ils lui crachent au visage et ils l'accablent de coups.

Réflexions.— Humiliations de Jésus au milieu de cette soldatesque.—Souffrances qu'il endure lorsque la couronne d'épines est enfoncée sur sa tête. - Notre orgueil, principale cause

des humiliations et des souffrances du Sauveur.

Pratique.—Ayons en horreur toute pensée d'orgueil et aimons les humiliations.

PORTEMENT DE CROIX.

Pensées.—Jésus, chargé d'une pesante croix, s'avance vers le Calvaire. Il tombe jusqu'à trois fois. Le chemin est teint de son sang. Marie l'accompagne. Simon le Cyrénéen lui aide à porter sa croix. Véronique essuie son visage tout défiguré. Notre-Seigneur console les femmes de Jérusalem.

Réflexions.— Souffrances du Sauveur sous le poids de sa croix.—Sa résignation.—La croix rendue accablante par nos péchés.—Douleurs de Marie.—Bonheur de Simon.—Générosité de Véronique.

Pratique.— A l'exemple du Sauveur, portons notre croix avec résignation.

CRUCIFIEMENT.

Pensées. — Jésus est attaché à la

croix avec d'énormes clous. La croix est dressée. Jésus prie pour ses bourreaux ; il promet le ciel au bon larron ; il confie sa Mère à saint Jean ; il annonce que tout est consommé. Longin lui ouvre le Cœur et il en sort du sang et de l'eau.

Réflexions. — Douleurs de Jésus dans son crucifiement. — Sa charité pour ses bourreaux. — Sa miséricorde envers le bon larron. — Don qu'il nous fait de sa sainte Mère. — La dévotion au Sacré-Cœur révélée par l'action de Longin.

Pratique. — Aimons nos ennemis, chérissons la sainte Vierge comme notre mère ; honorons le Cœur de Jésus.

RESURRECTION.

Pensées. — Le jour de Pâques, l'âme de Jésus-Christ se réunit à son corps. Jésus sort glorieux du tombeau. Les gardes sont saisis de frayeur. Un ange renverse la pierre et annonce aux trois Marie que Jésus est ressuscité. Jésus apparaît à sa sainte Mère, aux saintes Femmes et aux Apôtres.

Réflexions.— Foi en la résurrection du Sauveur.—Joie à la pensée que cette résurrection est le gage de la nôtre.—Bonheur de Marie, des saintes Femmes et des Apôtres à la vue du Sauveur.

Pratique.—Plus nous aurons souffert pour Jésus, plus notre résurrection sera glorieuse.

ASCENSION.

Pensées.—Après avoir apparu un grand nombre de fois à ses Apôtres pour les confirmer dans la vérité de sa résurrection et les avoir assurés qu'il sera toujours avec eux, Jésus réunit ses disciples sur le mont des Oliviers et, en leur présence, il s'élève au ciel. Deux Anges annoncent que le Sauveur reviendra à la fin du monde pour juger les vivants et les morts.

Réflexions.—Bonheur de la sainte Vierge et des Apôtres dans les apparitions du Sauveur.—Douleur de la séparation.—Leur joie dans la pensée

qu'il reste, quoique invisiblement, avec eux.—Leur espérance de lui être un jour réunis.

Pratique.— Espérons qu'un jour nous irons au ciel.

DESCENTE DU SAINT-ESPRIT.

Pensées. — Après l'Ascension du Sauveur, les Apôtres se retirent avec la très sainte Vierge dans le Cénacle où ils persévèrent dans la prière. Dix jours après, le Saint-Esprit descend sur eux, en forme de langues de feu.

Les Apôtres deviennent des hommes nouveaux. Ils prêchent l'Évangile sur toute la terre.

Réflexions. — Les Apôtres prient en union avec la sainte Vierge.—Merveilleux effets que produit, dans les Apôtres, la communication du Saint-Esprit.

Pratique.— Désirons recevoir les dons du Saint-Esprit, en particulier l'esprit de piété.

MORT DE LA SAINTE VIERGE.

Pensées.— La mort de la sainte Vierge fut toute sainte, comme l'avait été sa vie. Elle mourut dans une extase d'amour. Trois jours après son décès, Elle fut transportée au ciel en corps et en âme, au milieu des concerts des Anges.

Réflexions.— Bienheureuse mort de Marie, fruit de sa très sainte vie.— La gloire de son assomption, récompense de son humilité et de sa pureté.

Pratique.—Vivons saintement afin de nous assurer une sainte mort.

COURONNEMENT DE LA SAINTE VIERGE.

Pensées.—Marie sort glorieuse du tombeau. Elle est portée au ciel par les anges et acclamée par toute la cour céleste. L'adorable Trinité la place au-dessus des chœurs angéliques, la proclame Reine du ciel et dispensatrice de ses grâces.

Réflexions.—Gloire de Marie, récompense de sa vie humble et cachée.—

Son pouvoir d'intercession auprès de Dieu.— Confiance que nous devons avoir en Elle.

Pratique.—Désirons être réunis à Marie dans le ciel.

XVIII. LECTURE SPIRITUELLE.

Intention spéciale.— *Accroître nos connaissances spirituelles en vue de nos progrès dans la perfection.*

"Quand vous priez, vous parlez à Dieu, et quand vous lisez, c'est Dieu qui vous parle."—*Saint Augustin.*

"La lecture spirituelle élève l'esprit du religieux, lui inspire de la dévotion dans ses exercices de piété, du dévouement dans son emploi ; elle le précautionne contre les pièges et les tentations du démon ; elle règle si bien les affections de son cœur que tout réussit d'une manière admirable à celui qui s'y adonne avec l'esprit qu'elle demande."—*Saint Thomas de Villeneuve.*

1.—Préparez votre âme et faites l'offrande des actions.

2.—Evitez tout ce qui pourrait déranger vos Frères.

3.—Lisez ou écoutez la lecture spirituelle avec je ne sais quoi de pieux qui montre que vous la reconnaissez supérieure à la lecture profane ; dites-vous quelquefois à vous-mêmes : Ces paroles, ces exemples, ces vertus sont de ton divin Maître, etc.

4.—Lorsqu'un passage vous touche ou vous frappe, méditez-le un instant afin de le bien graver dans votre esprit ; faites à ce sujet une oraison jaculatoire, et priez Dieu que cette vérité devienne la règle de votre vie.

5.— Demandez-vous à vous-mêmes où vous en êtes par rapport à ce que vous avez lu ou entendu lire et prenez une résolution pratique.

Oraison jaculatoire : " J'écouterai ce que me dira le Seigneur."

XIX. EXAMEN.

Intention spéciale : *Voir la conduite que vous avez tenue envers votre vertu particulière et dans vos actions de la journée.*

" Nous avançons dans la vertu à proportion de la résolution que nous en avons prise, et une personne qui veut y faire un grand progrès a besoin d'une diligence extraordinaire."—*Imit.*

Ceux, disent les Saints, qui ne s'examinent pas chaque jour pour constater leurs gains et leurs pertes, ressemblent à un marchand qui, faute de tenir régulièrement ses comptes, marche à une banqueroute certaine.

---

1. - L'examen particulier se fait sur le **défaut dominant,** lequel se montre dans la conduite par le côté défectueux du caractère. Il se divise en deux parties : l'examen de prévoyance et l'examen particulier proprement dit.

2.—On combat le défaut dominant en résistant à ses attaques et en faisant des actes de la vertu qui lui est opposée.

3.—Sans négliger de vous prémunir contre les attaques du défaut dont vous avez entrepris la correction, appliquez-vous surtout à faire des actes de la vertu qui est opposée à ce défaut et qui est désignée sous le nom de vertu particulière. Vivez de cette vertu,

c'est-à-dire, pensez souvent à elle, faites en sorte que votre air, vos paroles, vos rapports avec le prochain, votre manière de travailler et d'agir se ressentent de la sainte influence de cette vertu. Et si elle a de nombreuses applications, divisez-la, c'est-à-dire, bornez-en l'application à certaines actions de la journée, par exemple, aux récréations, à la classe, etc. Chaque fois, que dans vos lectures spirituelles vous rencontrez quelque chose qui y a trait, gravez-le bien dans votre mémoire et faites-en votre profit.

4.—Dans votre examen, suivez la méthode développée ci-après.

MÉTHODE D'EXAMEN.

EXAMEN DE PRÉVOYANCE.

Prière préparatoire.—Seigneur, faites que je voie ce que je dois faire et ce que je dois éviter aujourd'hui pour travailler efficacement à l'acquisition de la vertu de... Mon cœur est prêt, ô mon Dieu, à faire votre volonté.

QUESTIONNAIRE.

1° Quelle est la vertu à l'acquisition de laquelle je dois travailler aujourd'hui ?

2° Quelles prières ferai-je et quel acte de mortification m'imposerai-je dans ce but ?

3° De quelles pensées nourrirai-je mon esprit, et quels sentiments exciterai-je en mon cœur, afin que, pendant ce jour, je vive de cette vertu ?

4° Où, quand et comment en ferai-je des actes de ma propre initiative ?

5° Autant que je puisse le prévoir, où et quand serai-je exposé à tomber dans le défaut contraire ? Que ferai-je pour résister ?

OFFRANDE DES RÉSOLUTIONS.

Mon Dieu, telles sont les résolutions que je prends en votre présence et que je dépose dans votre Cœur sacré. Je vous prie de les bénir, afin que j'y sois fidèle.

EXAMEN PARTICULIER ET GÉNÉRAL.

ACTE DE REMERCIEMENT.

Mon Dieu, donnez-moi des sentiments de reconnaissance dignes du nombre et de la grandeur de vos bienfaits.

Remerciez Dieu de ses bienfaits :

I. Dans l'ordre de la nature.

"Je vous ai aimé de toute éternité, et c'est uniquement par amour pour vous que je vous ai tiré du néant et placé dans le monde."

Mon Dieu, je vous remercie :

1° **De m'avoir créé** préférablement à des millions de créatures possibles qui se seraient montrées plus dignes de vos bienfaits et qui vous auraient procuré plus de gloire.

2° **De m'avoir conservé** jusqu'à ce jour, malgré mes péchés. Que de fois, ô mon Dieu, par mes désobéissances, je me suis rendu indigne du bienfait de la vie !... Merci de la patience et de la miséricorde toutes divines dont vous avez usé à mon égard.

3° **Des soins vraiment paternels** que vous n'avez cessé de me prodiguer. Non, ô mon Dieu, jamais père n'a pris de son enfant le soin que vous prenez de moi.

II. Dans l'ordre de la grace.

"Voyez quelle charité le Père a eue pour nous, de vouloir que nous soyons appelés et que nous soyons réellement enfants de Dieu."

Mon Seigneur Jésus, je vous remercie :

1° **De m'avoir élevé** par le saint Baptême, **à la dignité d'enfant de Dieu, de temple du Saint-Esprit et de membre de votre corps mystique.** Mon Dieu, donnez-moi les nobles qualités de vos enfants.

2° **De m'avoir racheté.** - Dans l'excès de votre amour pour moi, vous avez donné jusqu'à la dernière goutte de votre sang précieux. O mon divin Rédempteur, puisque mon salut vous a coûté si cher, je ne veux vivre que pour vous, qui êtes mort pour moi.

3° **De m'avoir sanctifié** par tant de grâces actuelles, en particulier par vos Sacrements. Que de fois, miséricordieux Jésus, vous avez purifié mon âme dans le sacrement de Pénitence !... Que de fois, bon Pasteur, vous vous êtes donné à moi dans la sainte Communion !...

4° **De ma vocation à la vie religieuse.** Vous saviez, bon Maître, que le monde serait funeste à mon âme. Par un amour de prédilection, vous m'en avez retiré pour me placer dans le sanctuaire de la vie religieuse et dans un Institut spécialement cher à votre divin Cœur. Qu'avais-je fait pour mériter un tel honneur ?... un tel bonheur ?...Avec votre Apôtre je m'écrie : "*C'est par la grâce de Dieu que je suis ce que je suis.*" Faites, ô bon Maître, que je puisse ajouter avec le même Apôtre : "*Et sa grâce n'a pas été stérile en moi.*"

5° **Des grâces nouvelles** que j'ai reçues pendant ce jour. *(Mentionnez les grâces de ce jour pour lesquelles*

vous désirez tout particulièrement remercier Notre-Seigneur).

III. Dans l'ordre de la gloire.

" L'œil n'a point vu, l'oreille n'a point entendu, le cœur de l'homme n'a point compris ce que Dieu prépare à ceux qui l'aiment."

Je vous remercie encore, ô mon Dieu, de m'avoir préparé une place au ciel où, dans la société de la divine Marie, de saint Joseph, des Anges et des Saints, je vous verrai face à face et je jouirai de votre propre bonheur. Cette place, ou plutôt, ce trône que vous m'avez préparé, doit être, je le sais, la récompense de ma fidélité à votre service. O bon Maître ! accordez-moi la persévérance finale ; je l'espère, je l'attends de la bonté et de la miséricorde de votre divin Cœur.

ACTE DE DEMANDE.

Mon Dieu, aujourd'hui encore je vous ai beaucoup offensé ; j'ai souvent contristé votre Cœur par des péchés,

par de nombreuses négligences dans mes devoirs.

Donnez-moi les lumières surnaturelles dont j'ai besoin pour voir tout ce qui, en moi, a pu vous déplaire ; donnez-moi aussi la grâce de le regretter et de me corriger.

EXAMEN PARTICULIER.

Questionnaire.—1° Selon que je me l'étais proposé dans mon Examen de prévoyance, ai-je prié et me suis-je mortifié en vue de ma vertu particulière ?

2° Me suis-je efforcé de vivre de cette vertu ?

3° Quels actes en ai-je faits de ma propre initiative ?

4° Lorsque le défaut contraire s'est présenté, l'ai-je repoussé ?

Conclusion.— Comparez le résultat du présent examen avec celui de l'examen de la veille. S'il y a progrès, remerciez-en Notre-Seigneur et proposez-vous de continuer le bon combat.

Dans le cas contraire, humiliez-vous, déplorez votre lâcheté et proposez-vous de réparer, pendant les prochaines vingt-quatre heures, les négligences de cette journée.

Dès que vous en aurez le temps, notez ce résultat dans votre livret d'examen.

EXAMEN GÉNÉRAL.

Questionnaire.—1° Ne suis-je pas retombé dans les défauts qui m'ont été signalés ?

2° N'ai-je pas commis de fautes, en pensées, en paroles, en actions contre les vertus de pauvreté, de chasteté, d'obéissance, de charité, de mortification, etc. ?

3° Comment me suis-je acquitté des actions suivantes : Prière du soir... Coucher...Lever...Prière du matin... Examen de prévoyance... Méditation... Offices... Sainte Messe... Visites... Lecture spirituelle... Examens... Etudes et Classes... Récréations.. Repas... Emploi, etc....

ACTE DE CONTRITION.

1er Motif.

Remarque.—Le temps consacré à l'acte de contrition ne vous permet pas de méditer tous les motifs mentionnés ci-après. Bornez-vous à un ou deux motifs, chaque soir.

Le péché véniel est un grand mal, parce qu'il outrage la majesté infinie de Dieu.

Considération.—Quelque léger qu'un péché véniel soit, c'est un mal plus grand que tous les maux réunis de ce monde : tous ces maux ne sont que des maux de la créature, tandis que le péché est le mal de Dieu : il afflige le cœur de Dieu. Cette injure faite à Dieu par le plus petit péché véniel est tellement grande que ni les Saints, ni les Anges ne pourraient offrir à sa Majesté offensée une satisfaction proportionnée à cette offense.

Affections.— O mon âme, nous croyons que le péché est un si grand mal et pour un rien, pour n'avoir pas voulu nous faire un peu violence, nous l'avons commis. *(Rappelez-vous vos*

péchés de ce jour). Nous avons outragé notre Créateur, notre Père, Celui à qui nous devons tout ce que nous sommes et tout ce que nous avons !

Mon Dieu ! je suis un misérable, un ingrat !... Mais je regrette amèrement de vous avoir offensé ; je vous demande humblement pardon. Aidé de votre grâce, je me précautionnerai si bien contre... *(mentionnez vos fautes de ce jour)* que j'espère ne plus commettre ces fautes.

2e Motif.

Le péché véniel a causé les souffrances de Jésus-Christ.

" Il a été blessé à cause de nos iniquités, il a été brisé pour nos crimes, il est mort pour nos péchés."

Considération.— Ces paroles de l'Apôtre signifient que mes péchés ont été la cause des souffrances et de la mort de Notre-Seigneur ; par conséquent, toutes les fois que je commets un péché, je pose une des causes des douleurs que Jésus-Christ a endurées dans sa Passion ; je commets un crime

pour lequel ce divin Sauveur a été chargé de chaînes, flagellé, souffleté, couronné d'épines, etc. Ce n'est pas tout. Si, d'après saint Paul, le péché mortel crucifie de nouveau le Sauveur il est vrai de dire que le péché véniel reproduit contre ce divin Maître les opprobres, les crachats et les soufflets de la Passion.

Affections. — O mon âme, reportons-nous au temps de la Passion du Sauveur. Dans le jardin de Gethsémani, le Cœur de Jésus est agonisant, sa Personne adorable est chargée de chaînes ; chez Caïphe, il est insulté, souffleté, couvert d'opprobres ; chez Hérode, il est traité d'insensé ; chez Pilate, il est flagellé, couronné d'épines; sur la Voie douloureuse et au Calvaire, il endure des tourments indicibles.

Pourquoi ce doux Sauveur a-t-il été ainsi traité ? il a été couvert de blessures à cause de ... *(pensez à vos péchés véniels de ce jour)*; il a été couvert d'opprobres à cause de notre lâcheté

dans nos devoirs, de nos distractions volontaires dans nos prières, etc. O mon Jésus humilié et crucifié à cause de mes péchés, ne me traitez pas selon votre justice, mais selon votre miséricorde. Humblement prosterné au pied de votre Croix, je vous demande pardon de... (*énumérez vos fautes de ce jour*). Aidé de votre grâce, je ne ferai plus... et je m'efforcerai d'accomplir mes actions avec tout le soin possible, en particulier...

3e Motif.

Le péché véniel contriste le Saint-Esprit.

"La charité de Dieu a été répandue dans nos cœurs par l'Esprit-Saint qui nous a été donné."—"Ne savez-vous pas que nos membres sont les temples du Saint-Esprit ?"

Considération.—Mon âme est la demeure du Saint-Esprit, mon corps est son temple. Ce divin Esprit veut bien résider en moi, afin de me sanctifier, de me conseiller, de m'animer à la pratique de la vertu par ses divines ins-

pirations. Qu'ai-je fait en péchant ? J'ai souillé la demeure de cet Ami divin ; je lui ai orgueilleusement résisté, j'ai refusé de lui obéir, je l'ai contristé.

Affections.—Divin Esprit, je me sens profondément humilié à la pensée des injures que je vous ai faites. Je regrette amèrement de vous avoir ainsi contristé. Je vous demande pardon. Aidé de votre grâce, je ne souillerai plus mon âme par.... ; je suivrai fidèlement vos inspirations dans....

4e Motif.

Le péché véniel sera puni dans le Purgatoire.

" Je vous déclare qu'au jour du jugement vous rendrez compte d'une parole oiseuse."

Considération.—Ces paroles de Notre-Seigneur signifient que les plus petites fautes qui n'auront pas été complètement expiées en ce monde, seront punies dans le Purgatoire ; or, saint Thomas assure que la moindre

des peines du Purgatoire surpasse toutes les peines de cette vie.

Affections.—Mon Dieu, je crois ces vérités ; je sais qu'une légère infidélité à mes devoirs mérite le Purgatoire, et je multiplie tous les jours le nombre de mes péchés véniels ! (*pensez à vos péchés de ce jour.*) O mon âme, jusques à quand nous aveuglerons-nous sur ce qui nous attend au sortir de ce monde ? Mon bon Jésus, dissipez mes ténèbres ; créez en moi un esprit de droiture qui me fasse éviter tout ce qui peut m'attirer les peines du Purgatoire.

5e Motif.

Le péché véniel gâte nos bonnes œuvres et les rend indignes de récompenses.

" Prenez garde de faire vos bonnes œuvres devant les hommes afin d'être vus d'eux, autrement vous n'aurez pas de récompense de votre Père céleste."

Considération.—La foi enseigne qu'à chaque action vertueuse correspond un degré de grâce sanctifiante ; qu'à chaque degré de grâce sanctifiante

correspond un degré de gloire. Elle ajoute qu'un degré de gloire est un trésor d'un si grand prix que si les Saints étaient sujets à la douleur, ils pleureraient éternellement la perte des degrés de gloire qu'ils ont perdus par leur faute.

Affections.—O mon âme, que nos sentiments sont différents de ceux des Saints !... Hélas ! à la mort nous penserons bien différemment ; et, si maintenant nous ne regrettons pas les pertes que nous avons faites aujourd'hui en... nous sommes indignes du ciel. Mais, ô mon Jésus ! je les regrette ces pertes que j'ai encourues par..; je les regrette surtout parce que, à cause d'elles, je vous aimerai moins ardemment pendant toute l'éternité.

6e Motif.

Le péché véniel nous expose à être rejetés de Dieu.

" Parce que vous êtes tiède, je suis prêt à vous vomir de ma bouche."

Considération.— Qu'est-ce qu'être

tiède ? C'est négliger ses Règles, se mal acquitter de ses exercices de piété, agir habituellement sans pureté d'intention, remplir ses devoirs par manière d'acquit.

Affections.—Mon Dieu, me faire rejeter de vous !... A qui irais-je ? Perdre ma vocation !... Mais elle est pour moi la voie du ciel !... Non, je ne veux pas m'exposer à un tel malheur ; coûte que coûte je ne veux plus négliger... Cœur sacré de Jésus, Cœur immaculé de Marie, saint Joseph, mon bon Ange gardien, mes saints Patrons, aidez-moi.

ACTE DE BON PROPOS.

Examen particulier.—1° En quoi ai-je manqué dans mon examen particulier ?

2° Quelle a été la cause de ces manquements ?

3° Quels moyens aurais-je dû prendre pour éviter ces manquements ?

4° Suis-je bien déterminé à prendre ces moyens ?

5° Quelle pénitence m'imposerai-je si je suis encore infidèle ?

Examen général.—*(Mêmes questions à se poser que pour l'examen particulier).*

OFFRANDE DES RESOLUTIONS.

Mon Dieu, je vous offre les résolutions que je viens de prendre. Il me semble que je suis bien résolu à les mettre en pratique ; mais, je suis si inconstant ! Ne manquerai-je pas de courage au moment du combat ? Mon Dieu, ne le permettez pas. Au nom du Cœur de Jésus, du Cœur immaculé de Marie, de saint Joseph, de mon Ange gardien et de mes saints Patrons, accordez-moi la grâce de garder mes résolutions avec une fidélité parfaite.

Oraison jaculatoire : Mon Dieu, faites que je me connaisse et que je vous connaisse.

XX. PRIÈRE DU SOIR.

Intention spéciale :—*Remercier Dieu des grâces de la journée.*

" Veillez et priez pour que vous n'entriez pas en tentation."—*Math.*

"Priez sans cesse, rendez grâces en toutes choses." —*Saint Paul.*

"Jésus alla sur la montagne pour prier, et il y passa la nuit à prier Dieu."—*Luc.*

1.—En vous rendant à l'Oratoire, préparez votre âme.

2.—Pour ce qui est du maintien et de la manière de réciter votre prière du soir, conformez-vous à ce qui a été dit au chapitre VII.

3.—Après la prière, écoutez attentivement la lecture du sujet de la méditation, de manière à pouvoir, avant de vous endormir, préparer votre oraison du lendemain matin.

4.—Faites pieusement votre consécration à la Très Sainte Vierge.

XXI. COUCHER.

Modestie, recueillement.

Les Saints nous disent que le démon qui rôde toujours autour de nous, redouble ses efforts durant la nuit, et qu'à moins de nous coucher saintement, nous n'éviterons jamais ses tentations.

1.—Récitez trois **Ave Maria** au pied de votre lit en l'honneur de l'Imma-

culée Conception de la Très Sainte Vierge et ajoutez trois fois : " O Marie conçue sans péché, priez pour nous qui avons recours à vous."

2.—Déshabillez-vous avec toute la décence convenable ; demandez à Dieu de vous dépouiller de vos mauvaises habitudes et de détacher votre cœur de l'amour des biens de ce monde. " O mon Dieu, dépouillez-moi du vieil homme et revêtez-moi en même temps du nouveau."

3.—Le sommeil et le lit sont les images de la mort et du tombeau. Que votre coucher soit donc toujours une préparation à votre mort ; excitez-vous à des sentiments de contrition et, lorsque vous serez couchés, faites sur vous le signe de la croix et dites avec humilité, confiance et amour : " Jésus, Marie, Joseph, je vous donne mon cœur, mon esprit et ma vie.

Jésus, Marie, Joseph, assistez-moi dans mon agonie.

Jésus, Marie, Joseph, faitès que je meure en votre sainte compagnie.

Mon Dieu, j'accepte avec la plus entière résignation la sentence de mort que j'ai méritée par mes péchés.

Mon Dieu, je remets mon âme entre vos mains."

4.—Occupez-vous du sujet de votre méditation et endormez-vous au milieu de pieuses pensées et de saints désirs : " Je dors, mais mon cœur veille dans le Cœur de Jésus."

5.—Si vous vous éveillez pendant la nuit, élevez votre cœur à Dieu, faites un acte d'amour et renouvelez votre résolution de plutôt mourir que d'offenser Dieu.

6.—Enfin, gardez au dortoir une grande modestie des yeux ; ayez horreur de la moindre nudité et, dans votre lit, prenez une posture très décente.

SACREMENTS

XXII. COMMUNION.

Intention spéciale : *Procurer à notre âme les précieux avantages de la sainte communion.*

" La divine Eucharistie guérit les vices, réprime les passions, dissipe les tentations, les affaiblit et augmente la grâce."—*Imit.*

" L'ennemi des hommes sachant quel est le fruit de la sainte Communion, s'efforce, par tous les moyens de les en éloigner autant qu'il peut." -*Imit.*

" Seigneur Jésus, dans la simplicité de mon cœur, je m'approche de vous, plein de confiance et de respect."—*Imit.*

1.—Aimez à communier le plus souvent possible, aussi souvent que votre confesseur vous le permet : Personne ne pourra jamais calculer, dit le P. Lacordaire, les conséquences d'une communion en plus, dans la vie d'un chrétien. Mais ne vous familiarisez

pas avec un mystère si redoutable : préparez-vous à chaque communion comme si elle devait être la dernière de votre vie.

2.—Soyez fidèles à préparer soigneusement chacune de vos communions.

3.—Il y a deux sortes de préparations : la préparation éloignée et la préparation prochaine.

4.—Vous ferez la préparation éloignée en vivant habituellement de la vie intérieure et en travaillant à l'amendement de votre vie. Si vous attendiez la visite d'un grand personnage, nous dit saint Augustin, n'ôteriez-vous pas de votre maison, avant son arrivée, certains objets qui pourraient lui déplaire ? Quand vous désirez recevoir Jésus-Christ, ajoute saint Alphonse, vous devriez bannir de votre cœur toute affection terrestre que vous savez lui déplaire.

5.—Commencez la préparation prochaine dès la veille au soir, et continuez-la jusqu'au moment de la communion. Avant de vous endormir,

quand vous vous éveillez, pendant votre méditation et vos autres exercices qui précèdent la communion, faites souvent des actes de foi, d'humilité, d'amour et de désir. Pour nous rappeler ces actes, saint Alphonse nous suggère les questions suivantes : **Qui vient ?** Un Dieu d'une majesté infinie. **A qui vient-il ?** Il vient à toi, misérable pécheur. **Pourquoi vient-il ?** Il vient pour se faire aimer de toi.

6.—Après la communion, faites immédiatement l'action de grâces, c'est-à-dire, adorez, aimez, remerciez, demandez, offrez, promettez. Sainte Madeleine de Pazzi nous assure que le temps qui suit la communion est le plus précieux de notre vie : c'est le meilleur temps pour traiter avec Dieu et nous enflammer de son divin amour.

7.—Dans le courant de la journée, rappelez-vous souvent que le matin vous avez communié. Il serait souverainement désirable que ce souvenir vous portât à faire dans un sentiment de reconnaissance toutes vos actions,

en particulier, vos exercices spirituels.

Oraison jaculatoire : " Comme le cerf altéré désire l'eau des fontaines, ainsi mon âme vous désire, ô mon Dieu " !

XXIII. DE LA CONFESSION.

" Jésus nous a aimés ; il a lavé nos péchés dans son sang."—*Jean.*

" Beaucoup de péchés lui sont remis, parce qu'elle a beaucoup aimé."—*Luc.*

" Ne soyez pas sans crainte, même pour les péchés pardonnés."—*Eccl.*

1.—Le sacrement de Pénitence a pour effets : 1° d'enlever la coulpe du péché en redonnant à l'âme la grâce sanctifiante qu'elle avait perdue par le péché mortel ; 2° de remettre la peine éternelle due à ces fautes mortelles ; 3° de diminuer ou même d'enlever totalement, la peine temporelle due, soit aux péchés mortels pardonnés, soit aux fautes vénielles ; 4° d'augmenter la grâce sanctifiante dans ceux qui l'ont déjà ; 5° de donner droit à des grâces actuelles appelées sacra

mentelles, qui aident l'âme à ne plus pécher à l'avenir, etc.

2. —Pour vous assurer les fruits du sacrement de Pénitence, faites bien l'examen de conscience, lequel peut se ramener aux articles suivants :

1° Sur la confession et les communions précédentes ;

2° Sur les commandements de Dieu ;

3° Sur les commandements de l'Eglise ;

4° Sur les péchés capitaux et les vertus chrétiennes ;

5° Sur les devoirs de son état ;

6° Sur l'observation de la Règle et du règlement particulier ;

7° Sur les vœux et les vertus qui en font l'objet ;

8° Sur le soin apporté à l'examen particulier.

3. —N'oubliez pas que la contrition est le point le plus important du sacrement de Pénitence.

Pour obtenir une vraie contrition, après l'avoir demandée à Dieu, consi-

dérez un ou plusieurs des motifs suivants :

Le péché fait injure à la souveraine Majesté de Dieu, — provoque sa colère, — outrage sa bonté, — nous fait perdre le ciel — nous mérite l'enfer, — a causé les tourments et la mort de Jésus-Christ, — donne la mort à l'âme.

Vous pouvez aussi répondre aux questions suivantes :

1° **Qui ai-je offensé ?** — Mon Dieu, — mon Créateur, — mon Rédempteur, — le juge le plus équitable, — le meilleur et le plus tendre des pères, — mon Ami le plus fidèle et le plus dévoué, — Celui qui m'a comblé de grâces.

2° **Où ?** — En sa présence, — à son service, — dans sa propre maison, car la terre où je me trouve est une terre sainte.

3° **Comment ?** — Volontairement, — de propos délibéré, — avec préméditation, — si souvent et si grièvement, — après lui avoir tant de fois promis de me corriger.

4° **Pourquoi ?**—Pour un plaisir fugitif, pour une satisfaction coupable,—pour une lâche complaisance, - pour contenter un misérable caprice.

5° **Quand ?**—Alors même qu'il me chérissait,—me protégeait, - me portait entre ses bras,—pourvoyait à tous mes besoins, — me préservait d'une foule de maux.

6° **Avec quoi ?**—Avec les dons que je tenais de lui : avec mes yeux, ma langue, mes mains, mon esprit, mon cœur, etc.

7° **Quelles en ont été les suites ?** — Humiliations, peines, remords, perte de la grâce, de l'amitié de Dieu, de la beauté de l'âme, des mérites acquis, de la puissance de mériter, de la protection spéciale de Marie, de l'Ange gardien, etc ;--ciel fermé, esclavage du démon, haine de Dieu encourue, enfer mérité, etc.

Peut-il y avoir un plus grand malheur ?

Oraison jaculatoire : Miséricordieux Jésus, donnez-moi, avec la connaissance de mes péchés, un cœur contrit et humilié.

VERTUS RELIGIEUSES

XXIV. COMMENT ACQUÉRIR LES VERTUS RELIGIEUSES.

Les moyens que vous devez employer pour acquérir les vertus religieuses, sont les suivants :

1. – Apprendre en quoi ces vertus consistent et quels en sont les actes intérieurs et extérieurs ;

2. — Vous rappeler fréquemment les maximes et les exemples de Notre-Seigneur et des Saints au sujet de ces vertus et en faire souvent le sujet de vos réflexions ;

3. — Les demander : 1° à Dieu dans vos Exercices de piété, dans vos Communions et dans de fréquentes Oraisons jaculatoires ; 2° à la Sainte Vierge et aux Saints qui ont excellé dans

ces vertus ; 3° ajouter à ces demandes la vigilance sur vous-mêmes et quelques actes de mortification.

Remarquez que demander à Dieu une vertu, c'est lui demander de nous fournir des occasions de pratiquer cette vertu et la grâce de profiter de ces occasions. Acceptez donc avec reconnaissance de telles occasions, et faites-en votre profit spirituel.

4.—Tous les jours en produire des actes intérieurs et extérieurs.

XXV. MODESTIE EXTÉRIEURE.

Présence de Dieu, mortification.

" Que votre modestie paraisse aux yeux de tous les hommes."—*Phil.*

" La présence des Religieux modestes est une perpétuelle leçon de régularité, de recueillement, de silence pour ceux qui ne sont pas assez réglés dans leurs paroles et leurs manières."

" La tenue du corps, le ton de la voix, les gestes et même la propreté des habits sont d'ordinaire le corrélatif des dispositions intérieures."— *P. Bouchage.*

1.—Faites des actes de foi et de

bon propos au sujet de la modestie extérieure : " Mon Jésus, vous nous faites une obligation de cultiver la modestie extérieure aussi bien que la modestie intérieure, car d'après les paroles de l'Apôtre, nous devons être " *la bonne odeur du Christ.*" Pour vous plaire, et pour devenir un religieux selon votre Cœur, je veux m'appliquer à vous copier dans votre tenue et votre extérieur admirable."

2.—Faites en sorte que votre visage exprime le contentement et la joie qu'on doit éprouver au service de Dieu.

3.—Tenez toujours la tête droite, quoique un peu inclinée sur le devant ; ne la tournez point légèrement et ne la penchez ni d'un côté ni de l'autre.

4.—Tenez d'ordinaire les yeux modestement baissés, gardez-vous bien de les tourner ça et là sans nécessité, et surtout de les porter sur quelque objet dangereux et défendu.

5.—Ne portez pas vos mains au visage, à la tête ; ne les mettez pas

dans les poches de votre habit ; ne les portez jamais sur personne, soit par jeu, soit par familiarité ; ne faites pas craquer vos doigts, ne les mordillez pas.

6.—Etant debout, tenez le corps droit ; évitez de le pencher sur un côté, et que vos pieds soient presque joints ; étant assis, tenez les jambes immobiles, ne les mettez pas l'une sur l'autre, ne les écartez pas trop ; évitez de vous accouder, de vous renverser sur votre siège, de changer à tout moment de situation, de faire toute extension de jambes ou de bras qui dénotent l'ennui ou la paresse.

7.—Habituez-vous à marcher posément et naturellement, évitez toute précipitation ; ne montez pas deux marches d'escalier à la fois.

8.—Ne riez pas aux éclats, ne parlez pas trop haut ni trop bas ; n'interrompez pas ceux qui parlent, surtout les Supérieurs ; soignez toujours votre langage et abstenez-vous de tout ce qui n'est pas de bonne société.

9.— Abstenez-vous de bâiller en compagnie ; si le besoin est irrésistible, mettez la main devant la bouche.

10.—Evitez de faire du bruit, en marchant, en ouvrant ou en fermant les portes ; en crachant, en vous mouchant, en toussant ; évitez également toute manière, tout bruit exagérés, surtout pendant les exercices de piété et lorsque quelqu'un parle.

11.—Que votre figure, vos oreilles, votre cou, votre tête, vos mains, vos pieds soient dans un état de propreté.

12.—Que votre vêtement soit en tout point convenable, qu'il ne soit ni déchiré, ni sale ; faites-le réparer en temps opportun.

13.—Par esprit de famille, ramassez un objet qui traîne, fermez une porte, assujettissez une fenêtre, etc.

14.—Montrez une grande déférence pour les Frères anciens, écoutez-les quand ils parlent et rendez-leur tous les services dont ils peuvent avoir besoin.

Oraison jaculatoire : Mon Jésus, faites que je n'oublie jamais ce conseil de l'Apôtre : Revêtez-vous de modestie comme il convient à des élus de Dieu.

XXVI. REGULARITE.

Foi, générosité, amour.

Qu'il est beau et agréable de voir des frères pleins de ferveur et de piété, exacts observateurs de la discipline !—*Imit.*

Celui qui méprise les petites fautes tombera peu à peu dans le désordre.—*Eccl.*

Je ne suis pas venu pour détruire, mais pour accomplir la loi.—*Math.*

I.—Faites des actes de foi sur la divine origine de votre Règle : " Divin Jésus, c'est vous qui êtes l'auteur de ma Règle et c'est de vos mains divines que je l'ai reçue comme un gage de sainteté ; accordez-moi, ô bon Maître, de la vénérer, de l'aimer et de la pratiquer fidèlement jusqu'à ma mort."

2.—Souvenez-vous que la Règle est pour vous le premier moyen de sanctification et que vos progrès dans la vertu seront en proportion que vous serez fidèles à l'observer.

3.—Faites-vous un devoir de la lire, de la méditer et de l'apprendre même par cœur, afin de pouvoir plus facilement l'observer.

4.—Observez-la : 1° *en esprit de foi*, c'est-à-dire, voyez dans tout ce qu'elle demande de vous, l'expression de la volonté de Dieu à votre égard : "Qui vit selon la Règle, vit selon Dieu".

2° *Complètement*, ne faisant jamais des distinctions entre ce qui paraît important et ce qui paraît petit : tout ce qui vient de Dieu est également respectable.

3° *Avec exactitude*, c'est-à-dire, faisant la chose ordonnée au temps, dans le lieu et de la manière prescrite.

4° *Avec amour et avec un saint empressement* : Dieu, dit saint Paul, aime celui qui lui donne avec joie ce qu'il fait pour son amour.

5.—Plus vous êtes anciens, plus vous devez vous efforcer de vous montrer exacts à observer la Règle, car vous êtes tenus de donner bon exem-

ple à ceux qui sont plus jeunes que vous.

6.—Si, pour cause d'indisposition ou de maladie, vous ne pouvez observer quelque article de la Règle, demandez d'en être dispensés.

7.—Si vous êtes chargés d'une surveillance quelconque, voyez à ce que la Règle soit fidèlement observée et rendez compte des infractions à qui de droit.

8.—Enfin, lorsque vous manquez à quelque point de la Règle, déclarez votre faute au Frère Directeur et demandez une pénitence.

Oraison jaculatoire : Mon Jésus, mes Règles sont un joug glorieux que votre amour m'impose ; donnez-moi la grâce de m'y soumettre avec les mêmes dispositions que vous vous êtes soumis aux ordres de votre Père.

XXVII. ESPRIT DE FOI.

Foi explicite, motivée, personnelle, amoureuse.

" Que servira-t-il à quelqu'un de dire qu'il a la foi, s'ils n'a pas les œuvres ".—*Jacq.*

" Tout est possible à celui qui a la foi."—*Marc.*

" Bienheureux ceux qui ont cru sans avoir vu."—*Jean.*

" Le juste vit de la foi."—*Saint Paul.*

Envers Dieu. —1.—Demandez souvent l'esprit de foi : " Seigneur, augmentez en nous la foi, rendez-la plus vive et plus sentie."

2.—Appliquez vous avec soin à la sainte présence de Dieu : " Marche en ma présence et tu seras parfait."—*Gen.*

Dieu est présent : 1° Au très Saint Sacrement.— " Ici, dans le Sacrement de l'autel, vous êtes présent tout entier, ô Christ Jésus ! vrai Dieu et vrai homme "; 2° En tout lieu.—" C'est en lui que nous avons la vie, le mouvement et l'être "; 3° Dans chacune de ses créatures. —" Apprenez à aimer le Créateur dans la créature, sans vous attacher à la créature, de peur qu'en vous attachant à la créature, vous ne perdiez le Créateur "; 4° Au dedans de nous.—" Si quelqu'un m'aime, mon

Père l'aimera aussi et nous viendrons en lui fixer notre demeure."

3.—C'est surtout à la chapelle, sous le regard de Notre-Seigneur, dans la réception des sacrements et dans vos exercices de piété, que vous devez vous pénétrer d'une manière toute particulière de l'esprit de foi.

Envers les créatures. 1. — Evitez soigneusement d'agir pour des motifs humains ; que la volonté de Dieu, sa gloire, votre sanctification soient les seuls mobiles qui vous fassent agir.

2.—Voyez dans vos Supérieurs la personne même de Jésus-Christ, et dans vos Règles l'expression de sa divine volonté à votre égard.

3.—Rappelez-vous que Notre-Seigneur se personnifie aussi dans chacun de vos frères : " Comme vous lui ferez, vous me ferez."

4.—Voyez Dieu vous éprouvant par telle souffrance, telle humiliation, telle contrariété, etc.

5.—Enfin, faites souvent des actes de foi sur les vérités suivantes :

Le péché, même véniel, est un plus grand mal que tous les maux de la vie présente.— Le mérite surnaturel attaché au plus petit acte de vertu, vaut plus que tous les biens de la terre.— Votre vocation est une des plus grandes grâces que Dieu puisse vous accorder.—En ce monde, votre salut est votre unique affaire.—Tout contribue au bien de ceux qui aiment Dieu.

Oraison jaculatoire : " Seigneur augmentez notre foi."

XXVIII. HUMILITE.

Degrés : 1° *Reconnaître que nous ne sommes rien de nous-mêmes* : 2° *Vouloir que les autres aient de nous les mêmes sentiments ;* 3° *Vouloir qu'ils agissent selon leurs sentiments.*

1. " Le cœur de l'orgueilleux est comme l'haleine de ceux qui ont les entrailles gâtées."—*Eccl*,

2. " L'humiliation suivra le superbe, et la gloire sera le partage de l'humble d'esprit."—*Prov.*

3, " Ne vous enorgueillissez point à cause de la force ou de la beauté de votre corps, qu'une légère infirmité peut abattre et flétrir."—*Imit.*

4. "Par une vraie connaissance de vous-mêmes, étudiez-vous à être petits à vos propres yeux. Que toute votre gloire soit d'être les derniers et les plus humbles des serviteurs de Dieu."—*Frère Polycarpe.*

Envers Dieu.—1.—Faites des actes de foi sur votre néant et sur votre impossibilité de faire le bien : " Mon Dieu, je crois que de moi-même, je n'ai rien, je ne puis rien, je ne suis rien ; c'est de votre libéralité que je tiens tout, dans l'ordre naturel comme dans l'ordre surnaturel ; c'est par votre grâce que je suis ce que je suis."

" Mon Dieu, je crois que mes bonnes œuvres sont plus à vous qu'à moi ; c'est vous qui me donnez les moyens de les accomplir ; je n'y mets que ma faible coopération."

2. – Convaincus de cette vérité, ne commencez aucune action sans demander l'assistance divine ; et l'action terminée, faites-en hommage à son véritable auteur, à Dieu : " Mon Dieu, c'est avec une extrême joie que je reconnais que c'est vous qui êtes le

principal auteur de l'action que je viens de faire : Acceptez-en la gloire."

3.---Méditez ces paroles de Notre-Seigneur : "Celui qui s'abaisse sera élevé ; celui qui s'élève sera abaissé."—"Que celui qui voudra être le plus grand d'entre vous soit votre serviteur." — " Apprenez de moi que je suis doux et humble de cœur et vous trouverez le repos de vos âmes."

Envers vos Supérieurs. — 1.—Faites des actes de foi sur la divine origine de l'autorité de vos Supérieurs, et soumettez-vous-y toujours humblement d'esprit et de cœur : " Celui qui vous écoute m'écoute."

2.—Ayez soin de leur témoigner toute la vénération qui leur est due ; parlez-leur en termes pleins de soumission et de déférence ; en toute occasion montrez-vous pour eux pleins d'égards et de prévenance.

3.— Reconnaissez humblement le droit et le devoir qu'ils ont de vous diriger selon la Règle, de vous avertir

de vous punir même, si vous manquez à vos devoirs de religieux.

4.—Soyez fidèles à faire les actes d'humilité en usage dans l'Institut. Demandez toujours vos permissions en termes modestes et polis ; quand vous manquez à quelque point de la Règle, déclarez votre faute au Frère Directeur et demandez-lui une pénitence ; soyez bien aise aussi qu'il vous avertisse de vos manquements, de vos défauts, et même demandez-lui de temps en temps de vous rendre ce bon office ; ne trouvez jamais mauvais que tout ce qu'on aura remarqué de répréhensible en vous lui soit connu.

Envers vos Frères.—1.—Voyez Notre-Seigneur dans la personne de chacun de vos Frères : "Tout ce que vous lui ferez, vous me le ferez, vous dit ce divin Sauveur."

2.—Regardez-vous comme le moindre d'entre eux. Dans cette pensée, cherchez toujours à avoir la dernière place ; prenez pour vous ce qu'il y a de moindre, de plus incommode, etc.

3.—Soyez heureux de leurs succès et associez-vous cordialement aux félicitations et aux éloges qui leur sont donnés.

Envers vous-mêmes.— 1.— Pensez que n'ayant de vous-mêmes que le néant et le péché, vous ne méritez que le mépris.

2.—Servez-vous de vos fautes pour avancer dans la vertu d'humilité. A cet effet, avouez-les ingénument à Dieu ; dites vous à vous-mêmes : Voilà ce que je suis ! sans Dieu qui m'a soutenu, je serais tombé plus bas ; ajoutez avec sainte Catherine de Sienne : Seigneur c'est encore là un des fruits de mon jardin. Implorez votre pardon avec humilité, confiance et demandez la grâce de ne pas retomber.

3.—Parlez le moins possible de vous, de vos parents et de votre passé dans le monde ; si on vous loue, humiliez-vous ; pensez que les jugements de Dieu sont autres que ceux des hommes : vous n'êtes à ses yeux que ce que vous êtes réellement.

4.— Détruisez de votre extérieur tout ce qui sent la fierté : démarche affectée, air hautain, ton de voix impérieux, singularité, etc. Enfin ayez beaucoup d'estime pour la vie cachée, pour ce qui est humble et pauvre : habits, objets classiques, etc. "Vivre ignoré du monde, faire le bien sans bruit, n'avoir ni pensées, ni prétentions humaines, voilà quels furent les besoins et les aspirations de son cœur ; il n'en connut jamais d'autres."—*Vie du Frère Polycarpe.*

Oraison jaculatoire : Jésus, doux et humble de Cœur, rendez mon cœur semblable au vôtre.—300 jours.

XXIX. DOUCEUR.

Surnaturelle, universelle, constante.

" Ne vous laissez pas vaincre par le mal, mais triomphez du mal par le bien."—*Saint Paul.*

" Que toute aigreur, tout emportement, toute colère, toute malice soit bannie de vous."—*Saint Paul.*

" Le Seigneur n'habite pas dans un cœur livré au trouble."—*Saint Paul.*

" Le démon pêche dans l'eau trouble "—*Saint Louis de Gonzague,*

" Une parole douce éteint le feu de la colère."—*Prov.*

Actes intérieurs.— 1.— Faites des actes de foi et de demande relatifs à la douceur : "Jésus, divin Agneau de Dieu, je crois que la douceur est une des vertus caractéristiques des amis de votre Cœur. Par votre Mansuétude toute divine, donnez-moi cette aimable vertu, afin que je mérite les promesses que vous avez faites à ceux qui sont doux, pacifiques et miséricordieux."

2.—Aimez à vous rappeler les exemples de douceur que nous a donnés Notre-Seigneur, et répétez souvent l'invocation : "Jésus, doux et humble de cœur, rendez mon cœur semblable au vôtre."

3.—Au premier signe d'irritation intérieure, priez avec une douce attention. Une goutte d'eau céleste, dit le P. Bouchage, éteint plus que rien autre chose l'ardeur de la bile et le feu de l'orgueil blessé.

4.—Considérez quel tort la colère fait à ceux qui s'y abandonnent : ils

se brouillent avec tout le monde, se font mépriser, chargent leur conscience de fautes, et se rendent la prière et la vie de communauté impossibles. Oh ! combien est à plaindre le religieux qui ne contient pas sa bile !

Actes extérieurs. - 1.—Si l'on vous injurie, gardez le silence, ou tournez l'injure en aimable plaisanterie ; surtout ne conservez pas le souvenir des affronts reçus, car cela pourrait fort bien cacher un reste de colère : " La colère repose dans le sein de l'insensé." —*Eccl.*

2:—Que votre douceur ne soit pas réservée pour un certain nombre de vos Frères seulement, mais qu'elle soit pratiquée envers tous ; en un mot qu'elle ne soit ni l'effet du respect humain, ni celui de l'égoïsme.

3.—Enfin, n'oubliez pas que s'emporter contre ses Supérieurs, c'est fureur ; contre ses égaux, c'est indignité ; contre ses inférieurs, c'est brutalité.

4.—Ne vous fâchez pas parce que

vous avez commis quelques fautes : ce serait attirer en vous le feu de la colère ; repentez-vous-en avec tranquillité.

5.—Evitez toute excitation dans le travail : hâtez-vous lentement ; n'oubliez pas que jamais travail fait avec précipitation ne fut jamais bien fait.

6.—Croyez qu'un homme calme fera plus d'une parole, d'un regard, d'un geste, qu'un homme qui crie, qui menace, qui frappe : Il n'y a rien de plus doux que l'huile, il n'y a rien non plus qui pénètre mieux,

Oraison jaculatoire : Jésus, doux et humble de cœur, rendez mon cœur conforme au vôtre.

XXX. PAUVRETÉ.

Degrés : 1° *Renoncer à la libre disposition de ses biens ;* 2° *Se borner au nécessaire ;* 3° *Choisir ce qu'il y a de moindre.*

" Les renards ont des tanières et les oiseaux des nids ; mais le Fils de l'homme n'a pas où reposer sa tête."—*Math.*

"Bienheureux les pauvres d'esprit parce que le royaume des cieux leur appartient."—*Math.*

"En vérité je vous le dis, vous qui avez tout quitté pour me suivre, vous aurez le centuple en ce monde et la vie éternelle en l'autre."—*Math.*

"Ayant de quoi vous nourrir et de quoi vous vêtir vous devez être contents."—*Saint Paul.*

"N'ayez point de honte de paraître pauvre en ce monde pour l'amour de Jésus-Christ."—*Saint Paul.*

Actes intérieurs.— 1.— Faites des actes de foi sur la vertu de pauvreté : "Mon Sauveur Jésus, vous êtes le juste appréciateur des choses ; puisque vous avez choisi la Pauvreté, je la crois préférable aux richesses, et à votre exemple, je l'aime et je la préfère à tous les biens de la terre."

2.—Méditez les exemples de pauvreté que Notre-Seigneur nous a donnés à Bethléem, à Nazareth et au Calvaire.

3.—Regardez comme consacrés à Dieu tous les biens de la Communauté et ne vous servez d'aucune chose comme la possédant en propre.

4.—Recevez avec un humble senti-

ment de reconnaissance tout ce qu'on vous donne : c'est ainsi que doit faire un pauvre.

4.—Trouvez bon tout ce qu'on vous donne : linge, habits, nourriture, etc.

Actes extérieurs. — 1. — Ne prenez rien sans permission ; interdisez-vous tout échange ou tout trafic des objets mis à votre usage.

2.—Demandez en pauvres et non en maîtres ce dont vous avez besoin et ne soyez pas impérieux dans vos demandes.

3.—N'abusez de rien, prenez un soin raisonnable de vos habits, de vos objets classiques, etc ; aimez à épargner.

4. Dans votre emploi, dans les travaux manuels qu'on vous donne à faire, prenez garde de ne rien briser, de ne rien détériorer et cherchez à tirer bon parti des choses.

5.—Soignez bien vos habits, votre linge, vos chaussures ; veillez à ce qu'ils soient tenus en bon état et réparés en temps opportun.

6.—N'oubliez jamais que la pauvreté ne va jamais sans la propreté.

Oraison jaculatoire : Mon Dieu et mon Tout !

XXXI. MORTIFICATION.

Eclairée, forte, constante.

" Le royaume de Dieu souffre violence et il n'y a que les violents qui l'emportent."—*Math.*

" Si quelqu'un veut venir après moi, qu'il renonce à lui-même et qu'il porte sa croix."—*Math.*

" Si vous faites mourir par l'esprit les passions de la chair, vous vivrez."—*Saint Paul.*

MORTIFICATION INTERIEURE.

1.—Gravez bien dans votre esprit ces deux versets de l'Imitation : "C'est en résistant aux passions et non en leur cédant qu'on trouve la véritable paix du cœur."—"Si vous ne savez pas vous vaincre en des choses légères, comment remporterez-vous des victoires plus difficiles."

2.—Faites des actes de foi sur la nécessité de la mortification ; "Je crois, ô mon Jésus, que ceux qui vous appartiennent ont crucifié leur chair avec

ses vices et ses convoitises "—"Mon Dieu, faites que je puisse dire avec votre Apôtre : Je suis crucifié avec Jésus-Christ— Ce n'est plus moi qui vis, c'est Jésus-Christ qui vit en moi."

Imagination : " *Craintes exagérées, scrupules, doutes, désirs incohérents, trouble perpétuel : voilà l'ordre du jour de quiconque ne tient pas son imagination dans la captivité d'un esclave."—P. Bouchage.*

1. Banissez impitoyablement de votre imagination le souvenir des plaisirs mondains.

2. – Eloignez d'elle tout ce qui pourrait provoquer des rêveries : une chose vous fait plaisir à voir, mais ensuite vous y rêvez et le trouble suit : ne la regardez plus.

3. Ne l'arrêtez jamais sur ce qui a pu être dit ou fait et qui n'est propre qu'à exciter votre mécontentement.

4.—Dirigez-la souvent vers Dieu par la pratique de l'exercice de la di-

vine Présence ; accoutumez-la à rester sous le regard de Dieu pendant vos exercices de piété.

Esprit : 1.— Soyez moins curieux, moins avides de nouvelles, moins portés à faire parade de ce que vous savez.

2.—Appliquez-le sérieusement au travail actuel.

Volonté : " *Le renoncement à la propre volonté est quelque chose de plus grand que la résurrection d'un mort. Ceux qui s'appliquent à mortifier leur volonté propre et les lumières de leur raison, même en des choses peu importantes, sont plus sages que ceux qui s'adonnent exclusivement aux pénitences corporelles.*" — *Saint Ignace.*

1.—Ne cherchez pas à commander à tout le monde, mais habituez-vous à soumettre votre volonté à celle des autres.

2. Evitez de dire : je veux, je ne veux pas.

Cœur : " *Bienheureux ceux qui ont le cœur pur car ils verront Dieu.*" — *Math.*

1. – Conservez un tendre amour pour vos parents, mais ne pensez à eux que pour les recommander à Dieu ; abstenez-vous de toute correspondance inutile avec eux ; défaites-vous de certains souvenirs qui vous attachent trop le cœur.

2. – Evitez soigneusement toute amitié particulière, car ces sortes d'amitiés, innocentes dès le principe, dégénèrent souvent en amitiés sensuelles.

"J'aimerais bien tous mes frères, sans m'attacher à aucun en particulier, disait saint Jean Berchmans ; dans une Communauté les amitiés particulières sont dangereuses ; quand elles s'y glissent, la charité est affaiblie et l'ordre renversé ; si je sentais dans mon cœur un amour qui ne fût pas selon Dieu, je le considérerais comme une flamme profane capable d'éteindre en moi le feu de l'amour divin."

MORTIFICATION EXTERIEURE.

" *Croyez que la mortification de la vue, de l'ouïe et de la langue est plus*

profitable que porter la haire et le cilice."—Saint François de Sales.

Vue : "*On ne désire pas ce qu'on ne voit pas."—Saint François de Sales.*

1.—Gardez une exacte modestie pendant les exercices de piété ; soyez également très modestes à la chapelle, au dortoir, au réfectoire et dans les corridors ; surtout, détournez vos yeux de tout ce qui est sensuel.

Ouïe : "*Ils auront une souveraine horreur de tout discours, de toute chanson..., qui blesseraient la modestie ou qui seraient trop libres."—Règles.*

1.—Fermez vos oreilles à des entretiens futiles qui pourraient réveiller en vous des souvenirs mondains ou qui vous apprendraient ce que vous devez ignorer.

Goût : "*Quand la gourmandise est vaincue, les autres sens s'apaisent vite."—Saint Thomas d'Aquin.*

1.—Acceptez, sans aucune réflexion, ce qui vous est servi ; prenez vos repas sans empressement ; évitez de choisir

ce qui flatte le plus votre goût ; ne mangez jamais entre les repas.

Toucher : *Le toucher répandu dans tout le corps est le sens le plus pernicieux ; c'est lui qui débauche les autres ; ses principales armes sont les mains.*

1.—Tenez vos mains dans une immobilité naturelle ; qu'elles se privent de tout ce qui n'a pour but que de contenter la sensualité. Ne faites jamais des jeux de mains : Jeux de mains, jeux de vilains, dit un adage.

2.—N'oubliez jamais que le corps est le temple de Dieu et que celui qui ne respecte pas ce temple, Dieu le perdra.

3.—Que l'attitude de votre corps soit toujours selon vos Règles.

Langue : *Défiez-vous de l'envie de parler : elle bannit de l'âme les pensées pieuses et le recueillement."—Saint Dorothée.*

1.—Respectez le silence partout où la Règle l'impose : en classe, au dortoir,

dans les corridors, pendant votre emploi, etc.

Oraison jaculatoire : Mon Dieu, faites que je puisse dire comme l'Apôtre : " Je suis attaché à la croix avec Jésus-Christ."

XXXII. OBÉISSANCE.

Surnaturelle, prompte, courageuse, entière, joyeuse.

" Jésus-Christ a été obéissant jusqu'à la mort de la croix, et c'est pour cela que Dieu l'a élevé et lui a donné un nom qui est au-dessus de tout nom."—*Saint Paul.*

" Ma nourriture est de faire la volonté de celui qui m'a envoyé."—*Jean.*

" O heureuse obéissance, dont la possession rend le péché presque impossible."—*Saint Jérôme.*

" Obéir sur un ordre formel enjoint en vertu de la sainte obéissance, c'est bien ; obéir sur une simple parole, quand la chose est simplement proposée, c'est mieux. Mais obéir sur un signe, prévenir l'ordre et la proposition, se rendre à un désir connu, c'est la perfection."—*Saint Ignace.*

Actes intérieurs. 1.—Faites des actes de foi sur la vertu d'obéissance et demandez souvent cette vertu à Notre-

Seigneur : "Je crois, ô mon Dieu, que c'est vous qui me commandez quand mes Supérieurs me commandent, et que c'est à vous que j'obéis lorsque je leur obéis.

O Jésus, obéissant jusqu'à la mort de la Croix, aidez-moi à comprendre l'obéissance, à l'aimer et à me laisser conduire par elle."

2. —Méditez et comprenez ces paroles qui résument la vie cachée de Jésus : " Il leur était soumis"; et ces autres paroles de saint Paul : " Jésus-Christ a été obéissant jusqu'à la mort de la croix."

3.—Obéissez surnaturellement, avec courage, avec confiance, avec joie : Dieu le veut ! — " L'homme obéissant remporte toujours la victoire "—" L'allégresse et l'amour dans l'offrande, voilà ce qui plaît à Dieu."

Actes extérieurs. —1. — Obéissez promptement, diligemment et intégralement : Ce que nous ajoutons après le signal est la part du démon. Le Saint-Esprit maudit celui qui fait l'œuvre

de Dieu négligemment. — Les vrais obéissants sont les soldats du centurion, dit le P. Valuy ; on leur dit, allez, ils vont ; venez, ils viennent ; faites ceci, ils le font.

2.—Demandez toutes les permissions dont vous avez besoin ; ne les extorquez pas, ne leur donnez pas plus d'étendue qu'elles n'en doivent avoir.

3.— Enfin, rappelez-vous qu'un religieux vraiment obéissant va au-devant des désirs présumés de ses Supérieurs : " Se rendre à un désir connu, c'est la perfection de l'obéissance."—*Saint Ignace.*

Oraison jaculatoire : Mon cœur est prêt, ô mon Dieu, mon cœur est prêt à faire votre volonté.

XXXIII. CHARITE FRATERNELLE.

Surnaturelle, universelle, humble, douce, patiente, affable, compatissante.

" Mon commandement est que vous vous aimiez les uns les autres,"—*Jean.*

" Ce que vous ferez au moindre de vos frères, c'est à moi-même que vous le ferez."—*Jean.*

"On reconnaîtra que vous êtes mes disciples à l'amour que vous aurez les uns pour les autres."—*Jean.*

" Vous devez pardonner à votre frère, non pas sept fois, mais toujours."—*Math.*

" Si quelqu'un s'égare dans le chemin de la vérité et qu'un autre l'y fasse entrer, cette œuvre de charité couvrira la multitude de ses péchés."—*Jacq.*

Actes intérieurs. —1.—Faites des actes de foi et de demande au sujet de la charité : " Mon aimable Sauveur, je crois que la charité est la marque caractéristique de vos véritables disciples : O Charité du Cœur de Jésus ! marquez-moi de votre sceau."—"Puisque, ô bon Jésus, aimer et obliger mes Frères, c'est vous aimer et vous obliger vous-même, consumez mon cœur d'amour pour mes Frères, et que mon plus grand bonheur soit de leur rendre service."

2.—Ayez beaucoup d'estime pour tous vos Frères ; en mépriser un seul serait vous exposer à blesser le Cœur de Jésus dans ses affections : ce Frère, quels que soient ses défauts, peut avoir

une éminente sainteté et il ne vous appartient pas de noircir dans votre esprit l'Ami, l'Apôtre du divin Cœur.

3.—Excusez tout le monde, attribuant à l'irréflexion les paroles et les procédés qui vous offusquent.

4.—Supportez vos Frères avec patience ; sachez être parfois *aveugles, sourds, muets :* oh ! combien ce charitable support réjouira le Cœur de Jésus.

5.—Ne conservez jamais rancune contre personne : "Si, arrivé au pied de l'autel vous vous rappelez que votre Frère a quelque chose contre vous, allez d'abord vous réconcilier, puis revenez présenter votre offrande."

Actes extérieurs.—1.—Observez soigneusement les convenances, et sachez apprécier les circonstances d'âge, d'emploi et de mérite pour vous faire tout à tous.

2.—Ne refusez jamais un service raisonnable ; consolez vos Frères dans leurs peines ; évitez de faire souffrir personne ; ne faites jamais de rapports

indiscrets. "Il y a six choses que Dieu hait, mais son âme déteste le crime de celui qui sème des dissensions entre les frères."

3.— Soyez les premiers à avouer vos torts et à faire des excuses : Reconnaître qu'on a eu tort, montre qu'on est plus sage.

4.— Enfin, réconciliez ceux qui vivent entre eux avec moins d'harmonie : " *Bienheureux les pacifiques, etc.*"

Oraison jaculatoire : — Charité du Cœur de Jésus, animez-moi.

XXXIV. ESPRIT DE FAMILLE.

Attachement, dévouement, esprit filial, amour fraternel.

" Il est bon et agréable à des Frères de vivre ensemble dans l'union."—*Ps.*

" N'ayez tous qu'un même sentiment, vivez en paix et le Dieu de paix demeurera avec vous. Soyez bons les uns envers les autres pleins de compassion et de tendresse, vous pardonnant mutuellement comme Dieu vous a pardonnés en Jésus-Christ.—*Saint Paul.*

" Notre ennemi, le démon, cherche à nous désunir dans la maison et il fomente des querelles, des con-

testations et des rivalités, parce que pendant que nous luttons les uns avec les autres, il vient, il nous vainc et il nous fait plus facilement siens."—*Saint Philippe de Néri.*

"Soyez très unis ; le plus grand malheur pour vous serait la division."—*P. A. Coindre.*

Envers la Communauté.—1.— Faites des actes de foi sur la divine origine de la communauté et demandez l'esprit de famille : "Mon Dieu, vrai fondateur de mon Institut, je crois que votre volonté est que j'affectionne beaucoup ma famille religieuse ; ô bon Maître, donnez-moi envers cette chère famille de votre Cœur, un attachement inébranlable et un dévouement à toute épreuve."

2.—L'Institut vous a admis parmi ses membres, vous a donné son Habit, vous a élevés, instruits, associés à son œuvre, et avec une tendre sollicitude il pourvoit à tous vos besoins spirituels et temporels. Evidemment, tous ces bienfaits vous imposent les devoirs d'un enfant envers sa famille.

3.—Intéressez-vous à son bien spirituel et à son bien temporel : que sa prospérité vous réjouisse, que ses revers vous attristent ; soyez prêts à faire tous les sacrifices que réclame de vous le bien de votre famille religieuse.

4.—Tout en ayant une excellente opinion de toutes les Communautés religieuses, qu'à vos yeux il n'y en ait pas de plus aimable que la vôtre.

5.—Soyez discrets à son endroit : dans vos lettres, dans les visites que vous faites ou que vous recevez, n'en dites rien que de favorable.

6.—Considérez le Noviciat comme votre maison ; intéressez-vous à tout ce qui le concerne : bon esprit, ordre, propreté, etc.

Envers votre Supérieur.—Ayez pour votre Supérieur l'amour d'un fils pour son père, un respect religieux, une docilité parfaite, un dévouement absolu à tout ce qui peut lui plaire : montrez-lui ces sentiments dans toute votre conduite. Priez souvent pour lui.

Envers vos Frères.—1.—Ayez pour tous vos Frères une affection cordiale ; entre vous et eux qu'il y ait un aimable laisser-aller, une cordiale franchise.

2.—Réjouissez-vous à la vue de leurs talents et de leurs succès : la Religion et votre Institut en sont honorés. De même, compatissez à leurs peines, consolez-les, assistez-les autant que vous le pouvez.

3.—De même que les enfants d'une famille se corrigent mutuellement, sans vouloir offenser et sans se sentir offensés, ainsi avertissez-vous charitablement les uns les autres et que l'avertissement n'offense personne.

Oraison jaculatoire : Cœur sacré de Jésus, faites que nos Frères habitent toujours en vous.

XXXV. SIMPLICITÉ RELIGIEUSE.

Franchise, discrétion, prudence.

" Celui qui fait le mal hait la lumière."—*Jean.*

" Qui marche en simplicité, marche en assurance."

" Faites, mon fils, que votre père et votre mère soient dans l'allégresse, en voyant que vous marchez droit dans la voie du Seigneur."—*Prov.*

Envers Dieu.—1.—Faites des actes de foi et de demande relatifs à la simplicité religieuse : "Mon Jésus, en maints endroits de l'Evangile vous recommandez la vertu de simplicité : *Soyez simples comme des colombes.. Si votre œil est simple, tout votre corps sera éclairé... Contentez-vous de dire oui, non... Celui qui se fera petit comme un enfant sera le plus grand dans le royaume des cieux...* O bon Maître, pour vous être agréable, je veux toujours agir avec une très grande simplicité."

2.—Ayez pour Dieu un amour filial ; pas de crainte servile, pas de scrupules, pas de singularités, mais la confiance, le calme, la simplicité d'un enfant : votre Père céleste veut être servi avec une douce gaieté de cœur.

Envers vos Supérieurs. — Ayez une souveraine horreur de la ruse, de la finesse et de la duplicité, surtout envers vos Supérieurs ; que vos rapports avec eux soient ceux d'un fils envers son père : pas de gêne, pas de timidité

mais un franc laisser-aller et une sainte intimité.

Envers nos Frères. — 1. — Montrez-leur toujours cet air joyeux qui annonce la paix de la conscience et n'oubliez pas ce mot de saint François de Sales : Un saint triste est un triste saint.

2.—Ne soyez point affectés dans votre parler ; ne soyez point capricieux ; cédez sans laisser voir que vous cédez ; faites-vous tout à tous.

Envers vous-mêmes. —1.— Supportez avec calme une réprimande ou même une pénitence ; ne vous troublez point quand vous ne réussissez pas ; et si vous êtes loués, ne vous enorgueillissez point, mais dites à la vaine gloire : " Tu viens trop tard, j'ai tout donné à Dieu."

2.—Enfin, ne cherchez point les louanges ni les remerciements : que la pensée que vous avez plu à Dieu soit la seule chose que vous ambitionniez.

DÉVOTIONS.

XXXVI. DÉVOTION AU SACRÉ-CŒUR.

" Des trésors d'amour et de grâces sont réservés à tous ceux qui se consacreront et se dévoueront au culte du Sacré-Cœur."

" Ayez une dévotion spéciale au Sacré-Cœur et tout le reste vous sera donné par surcroit."—*Frère Adrien.*

1.—La dévotion au Sacré-Cœur a pour **objet spirituel** l'amour de l'Homme-Dieu, et pour **objet matériel** le cœur de chair du Sauveur.

2.—La **fin générale** de cette dévotion est d'établir, entre Notre-Seigneur et nous, un amour de bienveillance, une fusion d'intérêts, de manière à pouvoir dire avec saint Paul : " Ce n'est pas moi qui vis, c'est Jésus qui vit en moi."

3.— Les **fins partielles** de la dévotion au Sacré-Cœur consistent à étudier les dispositions du Cœur de Jésus pour apprendre à régler votre propre cœur

et à puiser dans ce trésor inépuisable les grâces dont vous avez besoin.

4.—Vous devez au Cœur de Jésus un culte intérieur et un culte extérieur.

5.—Le **culte intérieur** du Cœur de Jésus consiste :

1° Dans une véritable amitié envers Notre-Seigneur ;

2° Dans l'imitation de ses vertus, en particulier de sa douceur et de son humilité ;

3° Dans la réparation des injures qui lui sont faites.

6.—Le **culte extérieur** que le Cœur de Jésus réclame de vous consiste dans les pratiques que vos Règles prescrivent envers le Sacré-Cœur : l'Office, le jeûne du vendredi, la communion du premier vendredi du mois et les nombreuses oraisons jaculatoires de la journée.

Avec ces pratiques réglementaires, honorez l'image du Sacré-Cœur et portez-la sur vous.

7.—Le **Cœur de Jésus priant,** c'est Notre-Seigneur exerçant dans l'obscu-

rité du Tabernacle l'apostolat de la prière.

8.—Afin de rendre vos prières plus ferventes et plus agréables à Dieu, unissez-les toujours à celles du Cœur de Jésus priant.

9.—Le **Cœur eucharistique** de Jésus, c'est le Cœur de Jésus qui vit toujours au milieu de nous de la vie de victime dans l'Eucharistie, ce Cœur qui s'immole sans cesse pour nous.

10.—Tous les jours, pendant la sainte Messe, offrez-vous à Dieu en victimes, en union avec le Cœur eucharistique de Jésus.

11.—Le **Cœur agonisant** de Jésus, c'est le Cœur de Jésus subissant dans le jardin des Olives un martyre, martyre d'autant plus douloureux qu'il était tout intérieur, tout intime.

12.—Apprenez du Cœur agonisant de Jésus :

1° Que le péché cause au Cœur de Jésus une douleur intolérable ;

2° Que Dieu tire du péché une vengeance éclatante ;

3° Que dans vos peines vous devez puiser la force dans la prière ;

4° Que puisque le chrétien doit être un autre Christ, vous devez vous attendre à subir le martyre du Cœur.

ORAISONS JACULATOIRES INDULGENCIEES.

Doux Cœur de Jésus, faites que je vous aime de plus en plus.—300 jours.

Jésus, doux et humble de Cœur, rendez mon cœur semblable au vôtre.—300 jours.

Aimé soit partout le Cœur sacré de Jésus.—100 jours.

CHAPELET DU SACRÉ-CŒUR.

Sur la croix : Ame de Jésus-Christ, etc.

Sur les gros grains : Jésus, doux et humble de cœur, rendez mon cœur semblable au vôtre !

Sur les petits grains : Doux Cœur de Jésus, soyez mon amour !

A la fin de chaque dizaine : Doux Cœur de Marie, soyez mon salut !

A la fin du chapelet : Cœur sacré de Jésus, ayez pitié de nous !— Cœur immaculé de Marie, priez pour nous !— Saint Joseph, modèle et patron des amants du Sacré-Cœur de Jésus, priez pour nous. Aimé soit partout le Sacré-Cœur de Jésus. —100 jours.

XXXVII. DÉVOTION A MARIE.

" Les richesses sont avec moi : j'enrichis ceux qui m'aiment."—*Prov.*

" Je suis la Mère de l'amour, de la crainte, de la foi et de la sainte espérance."—*Eccl.*

" Ceux qui agissent par moi, ne pécheront pas ; ceux qui me font connaitre aux autres, auront la vie éternelle."—*Eccl.*

1.—Avec la dévotion au Sacré-Cœur, cultivez soigneusement en vous la dévotion à Marie, dévotion si bien appelée la dévotion des Prédestinés.

2.—Vous devez à Marie un triple hommage :

1° *Hommage de vénération*, à cause de sa dignité, de sa sainteté et de sa gloire ;

2° *De confiance*, parce qu'elle est la Mère de Dieu, la trésorière, la dispen-

satrice de ses grâces, votre Mère, la Mère de votre âme ;

3° *D'amour*, parce que, comme nous venons de le dire, elle est notre Mère ; une mère pleine d'amour qui a fait pour nous de tels sacrifices qu'elle est appelée la Reine des martyrs.

3.—Lorsque vous invoquez Marie sous le titre de **Notre-Dame du Sacré-Cœur**, vous reconnaissez qu'elle possède la clef du Cœur de Jésus, et qu'elle peut ouvrir à son gré ce divin Cœur, pour répandre sur le monde tous les biens qu'il renferme.

4.—Voici quelques pratiques en l'honneur de la Sainte Vierge :

1° Récitez toujours votre chapelet avec des sentiments de piété filiale ;

2° Consacrez-vous à elle matin et soir par la prière : **"O ma Souveraine! . . "**

3° Ne visitez jamais Notre-Seigneur au Saint Sacrement sans déposer aux pieds de sa divine Mère, l'hommage de votre amour et de votre dévouement ;

4° Saluez-la souvent par quelque affectueuse oraison jaculatoire, entre autre, par son titre de Notre-Dame du Sacré-Cœur ;

5° Offrez, par son Cœur immaculé, toutes vos prières et toutes vos actions au Cœur de Jésus ;

6° Ayez envers elle la confiance d'un enfant envers une mère chérie ; recourez à elle dans toutes vos peines et dans toutes vos nécessités ;

7° Cherchez à l'imiter dans son amour pour Notre-Seigneur, dans sa piété, son humilité, sa charité et son obéissance ;

8° Célébrez pieusement ses fêtes, après vous y être préparés par une Neuvaine.

ORAISONS JACULATOIRES INDULGENCIEES.

1.— Doux Cœur de Marie, soyez mon salut.— 300 jours.

2.— O Marie conçue sans péché, priez pour nous qui avons recours à vous.— 100 jours.

3.— O Marie, qui êtes entrée dans

le monde sans tache, obtenez-moi la grâce d'en sortir sans tache.—100 jours.

4.—O Marie, mère de Dieu et de la miséricorde, priez pour nous et pour les fidèles trépassés.—100 jours.

5.—O Vierge Mère, qui n'avez jamais été souillée de la tache du péché originel, ni d'aucun péché actuel, je vous recommande et vous confie la pureté de mon cœur.—100 jours.

6.—Bénie soit la sainte et immaculée Conception de la bienheureuse Vierge Marie, Mère de Dieu.—300 jours.

XXXVIII. DE LA DÉVOTION A SAINT JOSEPH.

"Voici le serviteur fidèle à qui Dieu confia le soin de sa famille."—*Math.*

"Allez à Joseph et faites tout ce qu'il vous dira."—*Gen.*

1.—A la dévotion au Sacré-Cœur et à la sainte Vierge, joignez la dévotion à saint Joseph.

2.—Imaginez-vous que Jésus vous

dit, comme il disait à une sainte : "Je t'en conjure, ne laisse passer aucun jour sans offrir un hommage spécial à mon très cher Père nourricier, saint Joseph."

3.—Si vous procurez ce plaisir à Jésus, Marie vous dira aussi comme à sainte Thérèse : "Tu me causes le plus grand plaisir par ta dévotion à saint Joseph."

4. –Les trois principaux titres de gloire de saint Joseph sont d'avoir été **le père nourricier de Jésus, l'époux de Marie** et d'avoir été appelé par l'Esprit-Saint lui-même, **un homme juste.**

Ces grandes prérogatives disent assez sa puissance d'intercession.

5.—La dévotion à saint Joseph vous méritera :

1° L'amour de Jésus et de Marie ;

2° L'amour de la pureté ;

3° Le progrès dans la vie intérieure ;

4° La grâce d'une bonne mort.

6. – Comme pratique de la dévotion à saint Joseph :

1° Récitez toujours très pieusement la prière **O glorieux Saint Joseph,** ..., pour obtenir la vertu de pureté.

2° Saluez-le dès votre réveil, et, puisqu'il est le patror de la vie intérieure, demandez-lui de vous enseigner les secrets de cette bienheureuse vie.

3° Saluez-le surtout sous le titre de modèle et patron des amants du Sacré-Cœur de Jésus, et sous celui de la bonne mort.

4° Méditez ses vertus, entre autres son amour pour Jésus et pour Marie, sa vie cachée, son amour du travail, son obéissance et sa pureté angélique.

ORAISONS JACULATOIRES.

1.—O saint Joseph, modèle et patron des amants du Sacré-Cœur de Jésus, priez pour nous.—100 jours.

2.—Faites-nous, ô Joseph, couler une vie pure ; qu'elle soit toujours en sûreté sous votre patronage.—300 jours.

NOTES SUR L'INSTITUT.

L'Institut fut fondé en 1821, à Lyon (France), par le **Père André Coindre,** missionnaire lyonnais, qui en fut le premier Supérieur Général.

Le P. Coindre eut pour premiers disciples les **FF. Xavier, François, Paul, Ignace et Augustin.**

Il mourut à Blois, où il était Grand Vicaire, le 30 mai 1826, à l'âge de 39 ans.

L'abbé [illegible]ent **Coindre,** frère du Père Fond[illegible]eur, fut le second Supérieur Général de la Congrégation (1826-1841).

Pendant son administration, en 1837, fut fondée la maison de **Paradis,** devenue la Maison-Mère de l'Institut.

Il donna sa démission en 1841.

Le **T. C. F. Polycarpe,** 3me Supérieur Général, remplaça l'abbé V. Coindre, à la tête de l'Institut qui devait, dès lors, être gouverné par un

sujet choisi parmi ses membres. " L'un des enfants spirituels du vénéré Fondateur, héritier de sa foi et de son zèle, devait imprimer à cette Oeuvre, ces caractères d'unité, de vie et de force qui lui permettront de suivre une marche assurée, de rayonner au loin, d'étendre son action bienfaisante au-delà des mers."— *Vie du Frère Polycarpe.*

En 1847, cinq Frères du Sacré-Cœur vinrent fonder à la Mobile, notre première maison en Amérique : c'étaient les **FF. Alphonse** (*1er Provincial*), **Athanase, David, Placide** et **Jean-Baptiste.**

Le C. F. Athanase (*2me Provincial*) succéda au C. F. Alphonse, en 1864. *Le C. F. Osmond devint Vice-Provincial en 1887.*

A la mort du T. C. F. Polycarpe, le **T. C. F. Adrien** fut nommé 4me Supérieur Général (1859-1887).

En 1872 quatre Frères fondèrent notre maison d'**Arthabaskaville,** et en 1878 eut lieu l'ouverture du **Noviciat.**

C'est le **T. C. F. Norbert,** successeur du T. C. F. Adrien, qui est actuellement à la tête de l'Institut.

Les dates remarquables de son admistration, jusqu'à ce jour, sont :

1891 **LEON XIII** donne à l'Institut le Bref laudatif.

1894 **Décret** du Saint-Siège Apostolique approuvant notre Institut.

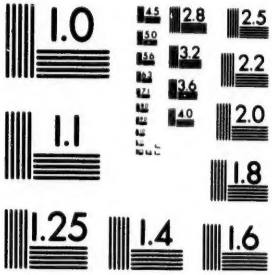
1896-97 Le T. C. F. Norbert visite nos maisons d'Amérique.

1898 Transfert du Noviciat à Victoriaville et fondation du Juvénat à Arthabaskaville.

TABLE DES MATIÈRES

I Amour de la vocation..... 5
II Tentation contre la vocation..... 8
III Formation religieuse..... 12
IV Comment rendre les actions parfaites 14
V Lever..... 17
VI Visites au Saint Sacrement..... 20
VII Prière du matin 23
VIII Méditation 24
IX Méthode de méditation développée 26
X Office du Sacré-Cœur..... 39
XI Sainte Messe 41
XII Etudes et classe..... 43
XIII Repas 46
XIV Récréations..... 50
XV Emploi..... 54
XVI Promenades..... 56
XVII Chapelet 59
XVIII Lecture spirituelle..... 70
XIX Examen 71
XX Prière du soir 89
XXI Coucher 90
XXII Communion..... 93
XXIII Confession..... 96
XXIV Comment acquérir les vertus religieuses 101
XXV Modestie extérieure..... 102
XXVI Régularité 106
XXVII Esprit de Foi..... 108
XXVIII Humilité..... 111

IMAGE EVALUATION
TEST TARGET (MT-3)



2.8
2.5
3.2
2.2
2.0
1.0

XXIX Douceur..... 116
XXX Pauvreté..... 119
XXXI Mortification..... 122
XXXII Obéissance..... 128
XXXIII Charité..... 130
XXXIV Esprit de famille..... 133
XXXV Simplicité religieuse. ... 136
XXXVI De la dévotion au Sacré-Cœur. 139
XXXVII De la dévotion à la sainte Vierge..... 143
XXXVIII De la dévotion à saint Joseph. 146
Notes sur l'Institut..... 140

116
119
122
128
130
133
136
139

143
146
140